الإسلام والتربية الصحية

د .عائدة عبد العظيم البنا

كلية التربية الرياضية للبنات

جامعة حلوان

الكتاب: الإسلام والتربية الصحية

الكاتب: د .عائدة عبد العظيم البنا

الطبعة: ٢٠٢١

الناشر: وكالة الصحافة العربية (ناشرون)

٥ ش عبد المنعم سالم – الوحدة العربية – مدكور- الهرم – الجيزة - جمهورية مصر العربية

هاتف : ٣٥٨٢٥٢٩٣ _ ٣٥٨٦٧٥٧٦ _ ٣٥٨٦٧٥٧٥

فاكس : ٣٥٨٧٨٣٧٣

APA

http://www. bookapa.com E-mail: info@bookapa.com

دار الكتب المصرية

فهرسة أثناء النشر

البنا ، عائدة عبد العظيم

الإسلام والتربية الصحية/ د .عائدة عبد العظيم البنا

– الجيزة – وكالة الصحافة العربية.

١٩٩ ص، ١٨*٢١ سم.

الترقيم الدولى: ٣ – ١٨٢ – ٩٩١ – ٩٧٧– ٩٧٨

أ – العنوان رقم الإيداع : ٨٠٦٦ / ٢٠٢١

الإسلام والتربية الصحية

وكالة الصحافة العربية
«ناشرون»

تقديم

الكتاب في أصله رسالة دكتوراه تقدمت به الدكتورة عائدة عبد العظيم البنا لجامعة إنديانا– إحدى الجامعات العشر الكبرى بالولايات المتحدة الأمريكية– سنة ١٩٧٩.

وعندما اختارت السيدة زوجتي– الدكتورة عائدة البنا– موضوع رسالة الدكتوراه بعنوان "الدين ألاسمي كقاعدة لبرامج التربية الصحية"، دونالد لودويج DR. DONALD LUDWIG رئيس قسم التربية الصحية بكلية التربية الرياضية جامعة إنديانا، وعضوية كل من الأستاذ الدكتور وليام برينين DR. WILLIAM BRENNAN، والأستاذ الدكتور جون كوبر DR. JOHN COOPER. وتحددت الساعة الواحدة ظهر يوم الثاني عشر من شهر أبريل سنة ١٩٧٨ موعدًا لمناقشة مشروع البحث PROPOSAL، للموافقة عليه وبالتالي استمرار الباحثة في إعداد رسالتي، أو رفضة وإلتزام الباحثة باختيار موضوع آخر توفق عليه اللجنة.

وفي اليوم السابق مباشرة زارنا الأستاذ الدكتور لوفت DR. LOFT وقال للسيدة زوجتي أنها ستلقى معارضة عنيفة من الدكتور برينين، ولكنه يرجو– وكذلك الدكتور برينين– أن لا يكون لذلك أي أثر على العلاقات القوية التي تربط بين الأسرتين... وأكد لنا دكتور لوفت أن الدكتور برينين يحرص بشدة على صداقته بنا، وإن اعتراضاته تقوم على أساس علمي، وليس شخصيًاأو دينيًا..

وقبيل الموعد المحدد كنت أحمل صندوقًا كبيرًا مليئًا بالكتب والمراجع لأضعه على المائدة المستطيلة التي ستجتمع حول أحد طرفيها لجنة المناقشة، وتجلس السيدة زوجتي عند طفها الآخر.. وما إن وضعت الصندوق حتى دخل الأستاذ الدكتور برينين، فابتسم قائلًا...

– هل أحضرتم أسلحتكم؟!

ضحكنا، وقلت له مداعبًا.

– إنها ملء ذلك الصندوق!

وتستغرق مناقشة مشروع البحث– عادة– حوالي الساعة أو أقل، ولكن اللجنة ظلت تناقش المشروع المقدم من السيدة زوجتي لأكثر من ثلاث ساعات ونصف الساعة. وقد انضم إلى اللجنة الأستاذ أبوايك DR. UPDYKE عميد الدراسات العليا بالجامعة، والأستاذ الدكتور روث إنجز DR. RUTH ENGS لأستاذة بقسم التربية الصحية ممثلة للقسم.

طلبت اللجنة من الباحثة أن تعرض مشروع بحثها في إيجاز تام...

قالت:

– إن البلاد النامية تواجه الكثير من المشكلات التي تؤثر على مستقبلها، ومنها تلك المشكلات الخاصة بالصحة العامة والتي تترك آثارها– ليس فقط على الإنسان– بل على التقدم الاقتصادي أيضا، لكون الإنسان هو العنصر الرئيسي في عملية الإنتاج. وإن معظم دول العالم الإسلامي تندرج تحت ما يطلق عليه اسم "العالم الثالث" أو "الدول النامية"... ومع أن بعض هذه الدول غنية جدًا اقتصاديًا، إلا أنها مازالت

تشارك الدول النامية في مشكلاتها، وأهمها انخفاض المستوى الصحي وقصور الإمكانيات. ولا شك أن التعليم يمكن أن يجد حلا لكثير من المشكلات خاصة تلك المتعلقة بالتربية الصحية، التي يمكن أن تعمل على تطوير السلوك الصحي للأفراد... ولذلك يجب أن تكون المعلومات الخاصة بها يتاحه للجميع، بغض النظر عن السن أو الطبقة الاجتماعية أو الحالة الاقتصادية. لأن الإنسان يحتاج للمعرفة الصحية طوال حياته.

وأضافت قائلة:

– إن في القرآن الكريم والسنة النبوية تعليمات كثيرة خاصة بالناحية الصحية، يمكن أن تكون حلًا للمشكلات الصحية التي تعاني منها المجتمعات الإسلامية... وإذا ما تم جمعها وتصنيفها في وضوح، لأمكن أن تؤسس قاعدة لتقديم برامج التربية الصحية للبلاد والمجتمعات الإسلامية. ومثل هذه البرامج أكثر فاعلية وتأثيرًا لأن مبادئها مستوحاة من الدين الإسلامي، ولأنها ستجعل السلوك الصحي السليم جزءًا من الحياة اليومية لأكثر من ثمانمائة مليونًا– في ذلك الوقت– من المسلمين، يشكلون سبع تعداد العالم من السكان، مما سيساعدهم على تغيير سلوكياتهم غير الصحية إلى سلوكيات صحية... إذا ساعدناهم على فهم الحكمة من تلك الآيات.

فإذا ما تم ذلك، يكون الدين والعلم قد تضافرًا لصالح المجتمعات الإسلامية.. وهذا البحث يعالج التعليمات الصحية الواردة في القرآن الكريم والسنة النبوية، والتي لها قيمة علمية بالنظر إلى علم التربية الصحية...

سألها الدكتور برينين:

– أنت تعلمين أن علم التربية الصحية من العلوم الحديثة حيث لا يتجاوز عمره المائة وخمسين عامًا.. فهل تريدين أن تقولي، أن قواعد هذا العلم الحديث موجودة في القرآن منذ أربعة عشر قرنًا؟!..

أجابت الباحثة في ابتسامة واثقة...

– نعم، هذا ما أريد قوله... إن العلماء قد خسروا كثيرًا بامتناعهم عن الاطلاع على القرآن الكريم. فقد اتخذوا موقفًا مضادًا لكل ما ورد فيه دون أية محاولة منهم لمعرفته... لقد كان العلم الحديث يقول بأن نمو الجنين في بطن أمه يبدأ لحمًا ثم تنمو فيه العظام... ومنذ وقت قريب جدًا أعلن العلماء أنهم قد اكتشفوا خطأ تلك النظرية، وأثبتوا أن العظام تنمو أولًا، ثم يكسوها اللحم... ولو أن أولئك العلماء قد أطلعوا على القرآن الكريم، لعرفوا أن ما اكتشفوه أخيرًا بالوسائل العلمية الحديثة– التي لم تكن متاحة من قبل– وصححوا به خطأ زملائهم السابقين، موجود فيه بوضوح...

ولعل الصديق الدكتور برينين لم يستطع الانتظار حتى تتم الباحثة حديثها، فقاطعها– خلافًا للتقاليد الأمريكية– وسألها في اهتمام.

– هل جاء ذكر ذلك في القرآن حقًا؟!...

– نعم..

وقدمت له الباحثة في هدوء نسخة من ترجمة لمعاني القرآن الكريم باللغة الإنجليزية، وهي تشير إلى "سورة المؤمنون" (الآيات ١٢– ١٤) ﴿ وَلَقَدْ خَلَقْنَا الإِنسَانَ مِنْ سُلالَةٍ مِنْ طِينٍ ﴿١٢﴾ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ

مَكِينٍ ﴿١٣﴾ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَاماً فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْماً ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقاً آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴿١٤﴾.

تبادل أعضاء اللجنة النظر، وابتسمت الدكتورة روث إنجز– رضاء عن الباحثة أو تشجيعها لها... وبدت الدهشة على قسمات وجه الدكتور برينين وهو يسأل الباحثة...

– هل جاء بالقرآن شيء آخر مثل ذلك؟!

– نعم، الكثير منه...

وقدمت إليه سورة الزمر آية ٦ ﴿ خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَأَنْزَلَ لَكُمْ مِنْ الأَنْعَامِ ثَمَانِيَةَ أَزْوَاجٍ يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقاً مِنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلاثٍ ذَلِكُمْ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ فَأَنَّى تُصْرَفُونَ ﴿٦﴾﴾.

ثم قدمت سورة الحج الآية الخامسة ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنْ كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِنْ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِنْ مُضْغَةٍ مُخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَى أَجَلٍ مُسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلاً ﴿٥﴾﴾.

ونظر إليها أعضاء اللجنة في تساؤل، فأوضحت– في وقت نزول القرآن الكريم– منذ أربعة عشر قرنًا– بم يكن معروفًا معنى تطر الجنين EMBRYO، كما أن خطوات خلق الإنسان من اللحظة الأولى التي يتم فيها الإخصاب بين الحيوان المنوي والبويضة لم تكن واضحة تمامًا قبل

اكتشاف الميكروسكوب... وكذلك "الظلمات الثلاث" التي يتم خلق الجنين في داخلها... وهي الكيس الجنيني EMBRYO- SAC– وهو الغشاء الداخلي الذي يحيط بالجنين مباشرة AMNION- SAC– ثم الرحم THE UTERUS، ثم بطن المرأة أو جوفها THE ABDOMEN...

واستمرت المناقشة على هذا المنوال وطالت لأكثر م ثلاث ساعات ونصف الساعة. وأخيرًا وافقت اللجنة بالإجماع على مشروع الرسالة.. وبعد عام ونصف تقريبًا، وقع أعضاء اللجنة– ومن بينهم الدكتور برينين– بموافقتهم على قبول منح السيدة زوجتي درجة الدكتوراه في التربية الصحية والأمان.

وقد تضمن البحث قواعد تحريم الخمر وتعاطي المخدرات وتدخين التبغ... وبعد أن قدم إليها الدكتور لوديج DR. LUDWIG– المشرف على الرسالة ورئيس لجنة المناقشة– تهنئية، سألها في جد.

– إنني أشرب البيرة فقط لتنشيط الكليتين... فهل هذا حرام أيضًا؟!

ابتسمت زوجتي الدكتورة؛ فقد ذكرت في رسالتها تحريم القرآن الكريم للخمر، وهي تقول:

– قطعًا ويمكنك أن تجد مشروبًا آخر غير مسكر!

كانت لجنة الإشراف والمناقشة قد عرضت عليها موضوعين لرسالتها... (١) آثار السد العالي من حيث الأمن والسلامة. (٢) الدين الإسلامي كقاعدة لبرامج التربية الصحية... كان عليها اختيار أحدهما وعرضه على اللجنة قبل بدء البحث العلمي...

كان "المطب"، إذا ما اختارت الموضوع الأول أن تذكر تفصيلًا كل المساوئ التي رددتها الأبحاث الأمريكية ضد السد العالي، وإلا كانت رسالتها قاصرة.. وهي- مثل زوجتها وابنتيها- مصرية حتى النخاع... فاختارت الموضوع الثاني...

وبدت المعارضة بين أعضاء اللجنة، ولكن مع إصرار الباحثة على اختيارها، قررت اللجنة الموافقة بشرط أن يعرض عليها البحث فصلًا فصلًا في اجتماع تعقده كل شهر.. حتى يمكن اتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب!..

ونجحت الباحثة المصرية في الحصول على موافقة اللجنة على الاستمرار في بحث الموضوع الثاني حتى النهاية... والتوصية بترجمة هذه الدراسة إلى اللغة العربية لتطبيقها في الدول العربية، ووجوب نشرها باللغتين الإنجليزية والعربية.

وقد صدرت الطبعة الأولى للترجمة العربية بمعرفة مكتب التربية العربي الخليج بالرياض.. والطبعة الثانية صدرت عن المكتب المصري الحديث للطبع والنشر بالقاهرة والطبعة الثالثة عن المكتب الإسلامي في بيروت، وتقدم وكالة الصحافة العربية بالقاهرة الطبعة الرابعة.

عادل أحمد سركيس المحامي

عضو اتحاد الكتاب

مقدمة

انبثق موضوع هذا الكتاب من دراسة مقدمة للحصول على درجة الدكتوراه في التربية الصحية من جامعة (إنديانا) بالولايات المتحدة الأمريكية سنة ١٩٧٩ موضوعها... "الدين الإسلامي كأساس لبرنامج التربية الصحية"..

وتعالج هذه الدراسة التعريف بما للتعاليم الصحية التي اشتملت عليها نصوص القرآن الكريم أو جاءت بها السنة النبوية الشريفة من ميزة أو فضلل.

فقد اشتمل القرآن الكريم والسنة النبوية على عدد غير قليل من التعاليم الصحية التي تصلح أساسًا لبرامج التربية الصحية للمسلمين على اختلاف مستوياتهم التربوية أو الاجتماعية أو الاقتصادية وبالنظر إلى تمسك المسلمين بدينهم، فإن هناك أملًا كبيرًا في أن تكون برامج التربية الصحية القائمة على أساس من التعاليم الإسلامية هي السبيل الصحيح لحل الكثير من المشكلات الصحية التي تواجه البلدان الإسلامية.

فالبلاد النامية تواجه كثيرًا من المشكلات التي تؤثر في مستقبلها وبعض هذه المشكلات: مشكلات صحية، لا يقتصر أثرها على الأفراد، وإنما يمتد ليشمل النمو الاقتصادي كذلك، إذ يمثل الأفراد عنصرًا جوهريًا في عملية الإنتاج.

وتعد أغلبية العالم الإسلامي جزءًا مما يعرف بـ "العالم الثالث" أو "البلاد النامية". وعلى الرغم من أن بعض هذه البلدان يعتبر من أغنى دول العالم من الناحية الاقتصادية إلا أنها مازالت تشارك الكثير من الدول النامية مشاكلها مثل تفشي الأمية وانخفاض المستوى الصحي ونقص الخدمات.

ومن خلال التربية يمكن حل جل هذه المشكلات، خاصة تلك المتعلقة بالصحة، وربما تكون التربية الصحية هي الخطوة الأولى نحو نشر الوعي لدي الأفراد من أجل العمل على تنمية السلوكيات الصحية الملائمة واكتسابها. ومن أجل أن نحقق ذلك ينبغي أن تكون التربية الصحية أمرًا متاحًا لكل الناس دون النظر إلى اختلاف أعمارهم أو مستوياتهم الاجتماعية أو أوضاعهم الاقتصادية، فالإنسان يحتاج إلى المعرفة الصحية طوال حياته وبشكل مستمر.

وقد تمت- من خلال هذه الدراسة- محاولة التعرف على الميزة التربوية والعلمية للتعاليم الصحية التي تضمنها القرآن الكريم أو ورد ذكرها في السنة النبوية، وهي ما عرف عن رسول الله مُحَمَّد صلي الله عليه وسلم من قول أو فعل أو تقرير.

وقد قسمت الدراسة إلى المجالات الرئيسية التالية:

١- التعرف على التعاليم المنتقاة من الإسلام.

٢- تصنيف التعاليم الصحية في الإسلام وفقًا للطرق الحديثة المتبعة في التصنيف.

٣- التعرف على أوجه التشابه والاختلاف بين التعاليم الصحية في الإسلام، والبلدان النامية وتفسير الدلالة التربوية والعلمية لمثل هذه التعاليم.

ويحتوي القرآن الكريم والسنة على العديد من التعاليم الصحية- التي تضمنتها نصوصهما- والتي لم يصرح الشرع بأنها تعاليم صحية صريحة لاشتمالها على جملة وجوه من الدلالة م الوجوه الشرعية. ولذا فإن تعريف الناس بتلك التعاليم باعتبارها تعاليم مستقاة من القرآن والسنة وإعلامهم بها على اختلاف مستوياتهم قد يكون له تأثير جوهري في حل المشكلات الصحية في البلدان الإسلامية.

وعلى سبيل المثال، فقد ورد في القرآن الكريم: ﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴿٣١﴾﴾ (الآية ٣١ من سورة الأعراف).

وجاء في السنة النبوية:

"عن أبي هريرة عن النبي- صلي الله عليه وسلم قال: "إذا ولغ الكلب في إناء أحدكم فليرقه ثم ليغسله سبع مرات أولاهن بالتراب". (صحيح مسلم- الجزء الأول- ص ١٦٧)

فإذا ما جمعت هذه التعاليم الصحية وصنفتها على نحو صحيح فسوف تكون أساسًا ينبني عليه برنامج متطور شامل للتربية الصحية في البلدان والمجتمعات الإسلامية. وسوف يكون هذا البرنامج أكثر فعالية مادام يستقي مبادئه من الجين الإسلامي الذي يلتزم به الغالبية العظمى من

المسلمين. وفي نهاية الأمر فسوف تصبح السلوكيات والاتجاهات الصحية السليمة جزءًا من أسلوب المسلم في حياته، وليست مجرد مادة يتم تدريسها في المدارس. لذلك فإن تصنيف التعاليم الصحية الإسلامية من شأنه أن يساعد ٨٠٠ مليون مسلم يكونون ما يقرب من ١/٧ سكان العالم، على إتباع منهج صحي يكون في الحل للعديد من المشكلات الصحية. وسيكون التحول عن المواقف غير الصحية إلى مواقف صحية أكثر فاعلية إذا ما وجد المسلمون ونًا على تفهم الحكمة من وراء هذا التشريع والتعاليم التي تضمنها.

وطالما أمكن إعلام الناس بالتعاليم الصحية الإسلامية في وضوح وتبينهم الأسس العلمية التي تقوم عليها هذه التعاليم، فسيكون من الممكن آنذاك الدمج بين الناحيتين الدينية والعلمية بما يعود بالنفع على البلدان الإسلامية.

وقد تم ترتيب وتصنيف وتقييم التعاليم الصحية على أساس المجالات التالية:

١- النظافة والمظهر الشخصي.

٢- صحة الأسنان

٣- التربية الجنسية.

٤- الخمور والمخدرات والتبغ.

٥- الصحة العقلية.

٦- الطعام ونظافة التغذية.

٧- المجتمع والصحة البيئية.

٨- طريق الاستشفاء.

وفي حالة ما إذا كانت التعليمات الصحية صالحة لأن تندرج تحت أكثر من مجال تصنيفي، فإن تصنيفها يتم وفق التركيز الأساسي الذي أعطاه لها القرآن الكريم أو السنة النبوية الشريفة.

والله ولي التوفيق

د. عائدة البنا

الفصل الأول

النظافة والمظهر الشخصي

إن خير الفرد والمجتمع يعتبران نقطة من نقاط التركيز في الدين الإسلامي. ولكي يصبح الفرد مسلمًا حقًا يتعين عليه أن يحافظ على صحته. ويوفر الدين الإسلامي المنهج الصحيح للفرد لكي يصل إلى أعلى مستوى من الصحة العقلية والبدنية، وذلك من خلال التعبد والإيمان، طالما أنه يتبع التعاليم الموجهة إليه في القرآن وفي السنة. وتعتبر المبادئ الإسلامية التالية، مبادئ أساسية في هذا الخصوص:

١) صحة الجسد تأتي قبل الدين.

٢) النظافة نصف الإيمان.

٣) كل المحرمات، كأكل الميتة والجوارح من الطير، والدم ولحم الخنزير، وشرب الخمر ولعب القمار والزواج من الأم أو الأخت أو بنت الأخ أو الأخت، أو الابنة أو الخالة أو العمة، إلى آخر ذلك مما حرمه الدين، كلها محرمات تستهدف حماية صحة الفرد.

٤) في حالات الضرورة الطارئة، كما في حالة ما إذا كان الأمر يتعلق بالحياة أو الموت، يتوقف حكم التحريم الخاص بمحرمات الطعام والشراب دون غيرهما امتثالًا للآية الكريمة: ﴿فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ﴿١٤٥﴾﴾. الآية ١٤٥ سورة الأنعام.

وتعد صحة الفرد شيئًا أساسيًا في الإسلام، على نحو ما هو مذكور في القرآن الكريم أو ضمته أفعال الرسول عليه الصلاة والسلام. فقد علم النبي ﷺ، المسلمين الأوائل. كما هدى الأجيال التالية إلى النهج القويم. وكانت حياته اليومية نموذجاً للبشر على اختلاف مستوياتهم، فقراء كانوا أو أغنياء، متحضرين كانوا أم بداة، وكان نهجه (ص) في الحفاظ على مظهره الشخصي أمرا يستطيعه أواسط الناس، في البلدان النامية، حيث كانت الخدمات والمرافق محدودة. إن لدي الناس في البلاد الإسلامية إيمانا بدينهم، فإذا استطعنا أن نلقنهم التربية الصحية في إطار من المضمون الديني فسوف يكون لذلك اكبر الأثر في معاونة الأفراد على تجنب المشكلات الصحية. إن التربية الصحية تمثل حاجة ماسة بالنسبة للدول الإسلامية النامية. وسوف يكون لبرامج التربية الصحية اثر اكبر إذا ما استمدت وجودها من نظم عقدية كالدين مثلا.

وتلك النظافة التي هي نصف الإيمان، تعتبر مبدأ من المبادئ الأساسية في الإسلام. لقد خلق الله العالم وأحاطه بالجمال, وعلى الناس أن يعكسوا ذلك الجمال من خلال النظافة والهيئة الحسنة. وشجع القرآن المسلمين على اكتساب العادة الصحية الحسنة. وروي تباع رسول الله ما كان يوم به من أفعال خلال حياته اليومية تعتبر نماذج يحتذي بها في النظافة وحسن الهيئة.

***

التعريف بالتعاليم الإسلامية

نزلت الآيات التالية على رسول الله ﷺ في عدة مواضع من آيات القرآن الكريم فيما يتصل بعادات النظافة:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ ۚ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا ۚ وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ ۚ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَٰكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾. (الآية ٦ من سورة المائدة)

﴿يا بَنِي آدَمَ خُذُواْ زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وكُلُواْ وَاشْرَبُواْ وَلاَ تُسْرِفُواْ إِنَّهُ لاَ يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ* قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللّهِ الَّتِيَ أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالْطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِي لِلَّذِينَ ءَامَنُواْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُون﴾. (الآية ٣١ – ٣٢ من سورة الأعراف)

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنتُمْ سُكَارَىٰ حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىٰ تَغْتَسِلُوا ۚ وَإِن كُنتُم مَّرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنكُم مِّنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُوًّا غَفُورًا﴾. (الآية ٤٣ من سورة النساء)

﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ

يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾. (الآية ٢٢٢ من سورة البقرة)

وهناك العديد من أحاديث الرسول عليه الصلاة والسلام التي تبين كيفية الاغتسال والوضوء كما أداهما الرسول عليه الصلاة والسلام. ويمكن إدراج تلك الأحاديث تحت السم الخاص بالنظافة والمظهر الشخص ولقد تم انتقاء الأحاديث التالية من بين مئات الأحاديث:

"عن أبي هريرة ﷺ عن النبي ﷺ قال:

حق الله على كل مسلم أن يغتسل في كل سبعة أيام يغسل رأسه وجسده" (صحيح مسلم الجزء الثاني ص٤٠٣).

"عن عبد الله بن عمر ﷺ عن رسول الله ﷺ انه قال وهو قائم على المنبر من جاء منكم الجمعة فليغتسل" (صحيح مسلم الجزء الثاني ص٤٠٢).

عن عائشة ﷺ أناه قالت كان الناس ينتابون الجمعة من منازلهم من العوالي فيأتون في العباء ويصيبهم الغبار فتخرج منهم الريح فأتي رسول الله ﷺ إنسان منهم وهو عندي فقال رسول الله ﷺ لو إنكم تطهرتم ليومكم هذا" (صحيح مسلم الجزء الثاني ص٤٠٣).

"عن أبي هريرة ﷺ عن النبي ﷺ قال الفطرة خمس أو خمس من الفطرة الختان والاستحداد وتقليم الأظافر ونتف الآباط وقص الشارب" (صحيح مسلم الجزء الأول ص١٥٩).

"قال عائشة ﷺ: حضرت الصبح فالتمس الماء فلم يوجد فنزل التيمم" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١١٨).

"عن عائشة ﵂ كان النبي ﷺ يدركه الفجر وهو جنب من أهله ثم يغتسل ويصوم" (صحيح البخاري الجزء الثالث ص٨٤).

"عن عروة قال "سمعت النبي ﷺ يقول لا يتوضأ رجل يحسن وضوءه ويصلى الصلاة إلا غفر له ما بينه وبين الصلاة حتى يصليها" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١١٣).

"عن نعيم المجمر قال رقيت مع أبي هريرة ﵁ على ظهر المسجد فتوضأ فقال إني سمعت النبي ﷺ يقول "أن أمتي يدعون يوم القيامة غرا محجلين من آثار الوضوء فمن استطاع منكم أن يطيل غرته فليفعل" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٠٢).

"عن أبي هريرة ﵁ أن رسول الله ﷺ قال إذا توضأ أحدكم فليجعل في انفه ثم لينثر ومن استجمر فليوتر وإذا استيقظ أحدكم من نومه فليغسل يده قبل أن يدخلها في وضوئه فان أحدكم لا يدرى أين باتت يده" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١١٤).

"عن عبد الله بن عمرو ﵁ قال تخلف النبي ﷺ عنا في سفرة سفرناها فأدركنا وقد أرهقنا العصر فجعلنا نتوضأ ونمسح على أرجلنا فنادي بأعلى صوته ويل للأعقاب من النار مرتين أو ثلاثا" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١١٤ – ١١٥).

"عن سويد بن النعمان ﵁، انه خرج مع النبي ﷺ عام خيبر حتى إذا كنا بالصهباء وهي من ادني خيبر صلى العصر ثم دعا بالاذواد فلم يؤت إلا بالسويق فأمر به فثرى فأكل وأكلنا ثم قال إلى المغرب فمضمض

ومضمضنا ثم صلى ولم يتوضأ" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٣٨).

"عن ابن عباس ﷺ أن رسول ﷺ شرب لبنا فمضمض وقال أن له دسما" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٣٩).

"عن البراء بن عازب ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ إذا أتيت مضجعك فتوضأ وضوءك للصلاة ثم أضجع على شقك الأيمن ثم قل اللهم أسلمت وجهي إليك وفوضت أمري إليك والجات ظهري إليك رغبة ورهبة إليك لا ملجأ ولا منجي منك إلا إليك اللهم آمنت بكتابك الذي أنزلت وبنبيك الذي أرسلت فان مت من ليلتك فأنت على الفطرة واجعلهن آخر ما تتكلم به" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٥٥).

"عن أبي قتادة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ إذا شرب أحدكم فلا يتنفس في الإناء وإذا أتى أحدكم الخلاء فلا يمس ذكره بيمينه ولا يتمسح بيمينه" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١١٠).

"عن عروة بن المغيرة عن أبيه قال كنت مع النبي ﷺ في سفر فأهويت لنزع خفيه فقال دعهما فاني أدخلتهما طاهرتين فمسح عليهما" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٣٧).

"عن عائشة ﷺ أن امرأة سالت النبي ﷺ عن غسلها من المحيض فأمرها كيف تغتسل قال خذي فرصة من مسك فتطهري بها قالت كيف اتطهر بها؟ قال سبحان الله تطهري، فاجتذبتها إلى فقلت تتبعي بها اثر الدم" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٨٦).

***

الشرح والتفسير

يوجب الإسلام النظافة شرطا للتعبد. وعلى الرغم من أن اغلب الكتب الدينية تتناول الطهارة الروحية جنبا إلى جنب مع الطهارة الجسدية، إلا أن هذا الفصل من الدراسة يركز على الطهارة الجسدية والمظهر الشخصي وحدهما.

يعتبر الوضوء الخطوة الإعدادية الأولي للصلاة في حالة ما إذا كان الجسد نظيفا وغير "جنب". ويتعين أن يتم الوضوء، كما جاء في مواضع كثيرة من السنة، على الكيفية والصفة التي كان يؤديه بها النبي ﷺ.

"أن حمران مولى عثمان اخبره أن عثمان بن عفان رضي الله انه دعا بوضوء فتوضأ فغسل كفيه ثلاث مرات ثم مضمض واستنثر ثم غسل وجهه ثلاث مرات ثم غسل يده اليمني إلى المرفق ثلاث مرات ثم غسل يده اليسري مثل ذلك ثم مسح رأسه ثم غسل رجله اليمني إلى الكعبين ثلاث مرات ثم غسل اليسري مثل ذلك ثم قال رأيت رسول الله ﷺ توضأ نحو وضوئي هذا وقال من توضأ نحو وضوئي هذا ثم قام فركع ركعتين لا يحدث فيهما نفسخ غفر له ما تقدم من ذنبه. قال ابن شهاب وكان علماؤنا يقولون هذا الوضوء أسبغ ما يتوضأ به احد للصلاة" (صحيح مسلم الجزء الأول ص١٤٩).

نظرا لبعض الأسباب، كندرة الماء مثلا، فان النبي ﷺ كان يؤدى الوضوء بغسل الأجزاء المناسبة من جسده مرتين بدلا من ثلاث. وكان ﷺ يمسح على جزء من رأسه وليس على كل رأسه. أن الهدف الأساسي

من الوضوء كان ولا يزال هو إزاحة القذارة والشوائب العالقة بالبدن وإعداد الفرد أعدادا نفسيا للصلاة.

لقد اوجد الإسلام أنماطا لسلوك النظافة. أن غسل الجسم بأكمله هو أفضل شيء للطهارة. وهو أمر واجب بعد ممارسة الاتصال الجنسي والاستحلام والحيض ولصلاة الجمعة وبعد غسل جسد الميت.

وغسل الجسد يشتمل على غسل أجزاء الجسم من أمة الرأس إلى أخمص القدمين. والغسل بعد ممارسة الاتصال الجنسي أو بعد الاستحلام يعني غسل عضو التناسل في بداية الاغتسال ثم غسل سائر الجسد. وعلى النساء أن يغسلن فروجهن بعد انقضاء المحيض وان يطهرنا بوضع المسك أو أي نوع من الروائح الزكية.

والوضوء واجب لصحة الصلاة لمن لا يندرج تحت أي حالة من الحالات السابقة والوضوء واجب كذلك عقب كل إخراج فسيولوجي من الجسد (بول.. أو قئ.. الخ).

إذا مل يتوفر الماء للوضوء وجب التيمم. وقد نزلت الآية القرآنية ببيان ذلك لمواجهة هذه الحالة.

أن القرآن والسنة يخصان على الطهارة وحسن المظهر. ونحن نعلم انه عند نزول القرآن كان العرب أفقر بكثير مما هم عليه الآن. ولكن النبي ﷺ قدم المثل الذي يحتذي وحث قومه على النظافة والاحتفاظ بمظهر نظيف رغم ما كانوا عليه من فقر آنذاك. والنبي ﷺ كقدوة حسنة قد برهن على إمكانية مزاولة النظافة على جميع المستويات الاقتصادية

والاجتماعية. فالفقر لم يمكن يومئذ، ولا هو الآن عذرا لان يكون الإنسان غير نظيف أو يعتذر بالفقر عن عدم نظافته.

أن للنظافة والمظهر الحسن مقاييسهما النسبية ولكن اخذ بما ورد في السنة، على الفرد أن يسعى إلى تحقيق أعلى درجات النظافة الممكنة، مع اخذ حالته الاقتصادية في الاعتبار. لقد كان لمحمد ﷺ خلال فترة نبؤته ثوب واحد وكان بين يديه كل شيء ولكنه لم يتلفت إلى ذلك حرصا منه أن يعطي القدوة والمثل لقومه.

لقد كانت الفترة التي عاشها النبي ﷺ في المدينة بعد هجرته من مكة هي الفترة التي علم الناس خلالها الممارسة الإسلامية لأمورهم. ومن الوجهة التاريخية فان المجتمع الإسلامي آنذاك كان مجتمعا غاية في البساطة يعيش على الفطرة. وكان النبي ﷺ مجرد رجل شانه شان غيره من الرجال.

﴿لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾. (الآية ٢١ سورة الأحزاب)

***

المناقشة

على الفرد أن يجعل من اهتمامه بصحته الشخصية عادة لديه. ولكن ننمي هذه العادات الصحية، يجب أن يكون مقبولة وممكنة التطبيق ونافعة. أن النظافة والمظهر الشخصي، مثلهما كمثل أي عادة، يجب أن تلقن الناس بحيث يمكن ان تمارس على نحو سليم.

ذكر Ben Gmur et al في إحدى المقدمات "لقد أضحى الدين قوة

لها أهميتها في مجال تحديد السلوكيات الصحية[1]. وتأخذ المناقشة صبغة تاريخية لتتبع الممارسات الصحية عبر التاريخ من العصور الوسطي حتى زمن "باستير" ومن الخطأ أن نركز تاريخيا على المسيحية بوصفها مصدرا للمشكلات الصحية في الغرب بل يجدر بنا، قبل أن نخلص إلى هذا الحكم، أن نحلل ما جاء به السيد المسيح من تعاليم. فالواقع أن المشكلات الصحية التي ظهرت خلال تلك الحقبة كانت نتيجة لعوامل أخري. أن الحقائق ينبغي أن تكون واضحة أمام أعين الأجيال الجديدة".

إذا لم يكن الدين هو مصدر التعاليم الصحية، فان هذا لا يعني بالضرورة انعدام أثره على الاتزان العقلي. ان هناك العديد من المشكلات الصحية في البلدان الإسلامية في الوقت الحاضر، ولكن هذا لا يعنى بأي صورة من الصور أن المعتقدات الدينية هي المسئولة عن تفشي مثل هذه المشكلات الصحية إننا نلحظ أن العديد من البلدان الإسلامية والنامية تشترك ذات المشاكل بصرف النظر عن معتقداتهم الدينية. أن هناك الكثير من العوامل الأخرى التي لها تأثيرها على المستويات الصحية في المجتمع.

أن الانطباع الأول لدي أي فرد هو الهيئة التي يبدو عليها وعلى الرغم من أن هذا الانطباع ليس نهائيا إلا أن له بعض الأثر. أن النظافة والمظهر الشخصي هما من العادات التي يحتاج إليها كل فرد طوال حياته، لان الطريقة التي يبدو عليها الفرد، ذكرا كان أو أنثى تجعله شخصا محببا إلى أفراد جنسه أو الجنس الآخر. أن الانطباع الذي يتركه الفرد له أهمية

---

(1) Gmur, B.C' Fodor,J.T. Glass, L.H, and Langan.J.J.,

اتخاذ القرارات الصحية ص٣

كبيرة في تكوين صورة عنه، تعكس مدى اتزانه العقلي.

وان الذي يهمنا حقيقة في هذه الدراسة، هو أن النظافة والمظهر الشخصي هما أفكار بالغة الأهمية ينبغي غرسها في أذهان الصغار. أن أطفال المسلمين يشجعون على امة الصلاة بصورة منتظمة بدءا من سن السابعة ويجبرون عليها إذا ما بلغوا الرابعة عشر دون أن تتأصل لديهم عادة الصلاة.

وأخذا بالمفهوم الديني، فان الوضوء وطهارة الجسد يعتبران أمرا واجبا لصحة الصلاة. وكما أن نظافة الجسد بأكمله تعد أمرا هاما للصحة، فان المفهوم الصحي يجب أن يكون واضحا لدي الأطفال وضوح المفهوم الديني. أن الصلاة خمس مرات يوميا كافية لان تنمى عادة الصلاة وان تحافظ في الوقت ذاته على بقاء البشرة في حالة صحية سليمة. أن الصلاة الأولي واجبة عند الفجر قبل شروق الشمس ولذا فان الاستحمام وهو حتمي إذا كان الفرد "جنبا" أو "مستحلما"، أو الوضوء يصبح أمرا مطلوبا من اجل الصلاة.

والصلاة الثانية واجبة عند الظهر عندما يكون اغلب الناس قد انهوا جانبا من أعمالهم ومن ثم يحتاجون إلى الوضوء لتنشيط وتنظيف أجسادهم قبل الصلاة.

وعند حلول صلاة العصر وهي الصلاة الثالثة أو صلاة ما بعد الظهر، يكون الناس عادة قد انهوا أعمالهم ويغدو الاغتسال إذا تيسر أو الوضوء أمرا مطلوبا لإزالة القاذورات التي تراكمت على أجزاء الجسد المعرضة

للهواء ولذا فان نظافة الجسد تصبح أمرا هاما لتحقيق الصحة البدنية والنفسية وقبل تناول الوجبة الرئيسية.

وتجب الصلاة الرابعة عقب غروب الشمس مباشرة وقبل الصلاة الخامسة بحوالي ساعتين. ومن المألوف أن يجتمع الناس في هذه الأوقات، فلديهم القابلية البدنية والذهنية لذلك. ومع حلول وقت النوم تجب الصلاة الخامسة. أن الصلاة بل النوم تولد حالة من الراحة الذهنية مقرونة بالإحساس بالرضي عما أنجزه الفرد من عمل خلال يومه، وهذا الإحساس من شانه أن يعد الفرد بدنيا لمزيد من العمل في اليوم التالي. وسوف نناقش ذلك تفصيلا في الجزء الخاص بالصحة العقلية.

وهناك العديد من الدراسات التي ناقشت المفاهيم الإسلامية عن النظافة في ارتباطها بالتقصي العلمي. وناقش الغوابي النظافة والمظهر الشخصي في إطار النصوص الدينية وأشار إلى النظافة بوصفها أعدادا إلزاميا للصلاة.

وكما سبق أن تحدثنا عن مزايا الصلاة، دعونا نبدأ بالتحدث حول مزايا الوضوء إذ لا تصح الصلاة بغير وضوء. أن العدوى "عدوى المرض" من المرضي قد تحدث من خلال الفم أو الأنف أو الجلد والوضوء هو الوسيلة إلى تطهير تلك المناطق جميعها. فعن طريق شطف الفم عدة مرات استعدادا للصلاة ينظف المصلي فمه ويحمي أسنانه ولثته في الوقت ذاته. وتنظيف الأنف عن طريق استنشاق الماء من خلالها ثم طرده، ثبت مؤخرا

انه د يؤدى إلى حمايتها من عدوى الأنف المتكررة[١].

وتابع الغوابي مناقشته لأهمية غسل الوجه والأذنين كإجراء صحي وقائي من الأمراض الجلدية.

واعتبر **Ki lander** أن المظهر الشخصي الحسن يرجع إلى بعض العادات والممارسات البسيطة مثل العناية بالبشرة واليدين والشعر والملابس والاستحمام وعادات الاستنجاء... الخ.

اليوم أصبح من الأمور الهامة أن يمارس الصغار والكبار النظافة والعناية بالمظهر لأسباب تتعلق بالصحة البدنية وبالإضافة إلى ذلك فان المظهر الشخصي أصبح من الضرورات الحتمية للفرد حتى يتقبله الآخرون.

وبناء على ما تقدم فان الموضوع يرتبط أيضا بجانبي الصحة العقلية والتربوية من اجل الحياة الأسرية[٢].

وناقش "سويدان" الصلاة من جميع جوانبها، وبوصفه أستاذا في علن الطب فقد أفاض في شرح الممارسات الصحية من خلال الوضوء والصلاة. وشرح في الفصل الأول، في عدة فقرات، الأمراض المعدية والطفيلية والمصادر الأساسية للعدوى والكائنات الدقيقة والطفيليات.

ويعتبر الفصل الأول جزءا أساسيا، إذ يشرح الأهمية البالغة للنظافة

---

(١) حامد الغوابي "بين الطب والإسلام" ص٩٩

(٢) كيلاندر، التربية الصحية المدرسية ص٦٩.

Kilander, H.F. School Health Education, P.69

الشخصية، بينما يركز الفصل الثاني على متطلبات الصلاة (الاستحمام، غسل العورة، الوضوء وطهارة ملابس الصلاة، الصلاة في مكان طاهر نظيف).

ولقد ناقش الكاتب أيضا المنافع النفسية والبدنية التي تعود على المرء من الصلاة.

"أن تراكم القاذورات على الجلد من خلال خليط من الأتربة والغر والقشور الجلدية وكذلك الجزيئات الدقيقة من الكائنات الحية الدقيقة ومن الملابس التي يساعد على تماسكها الإفراز الدهني للطبقة الجلدية، كل ذلك يؤدى إلى انسداد فتحات غدد العرق. ولذا وجبت إزالة مثل هذه التراكمات عن طريق الحك بالصابون والماء النقي خلال الاستحمام مرة على الأقل يوميا في الجو الحار"(١).

لذا فان الهدف الأول للاستحمام هو التخلص من القاذورات ومنع نمو الكائنات الدقيقة على الجلد والتي قد تؤدى إلى مشكلات صحية.

ويعد الاستحمام أمرا محتما في الدين الإسلامي بعد الجماع ولقد كشف "سويدان" عن أهمية التعجيل به عقب المباشرة "إذ أن الحيوانات المنوية للرجل تستطيع أن تعيش في الوسط الرطب لعدة ساعات"٢.

وهذا موافق لما كان يفعله النبي ﷺ كما أخبرتنا به السيدة عائشة رضي الله عنها،

---

(١) سويدان "الصلاة في الإسلام" صحيا ووقائيا وعلاجيا ص٢٢

Souidan, M.Z.A
Prayer in Islam, Hygienic, Preventive, and Curative, P.22.

(٢) المرجع السابق ص٢٢

قالت كان النبي ﷺ إذا أراد أن ينام وهو جنب غسل فرجه وتوضأ للصلاة" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٧٤).

وأشار "سويدان" إلى أهمية الاستحمام للحد من انتشار الأمراض التناسلية.

***

الملخص

في البلاد النامية حيث الحياة غاية في البساطة، يحتاج الناس إلى أكثر الطر توافرا حتى يتمكنوا من الحفاظ على مستواهم الصحي في أحسن وضع متاح يمكن الوصول إليه. ومن الناحية الجغرافية تقع اغلب البلدان الإسلامية أو النامية، في مناطق حارة. ومن شان هذا المناخ أن يساعد على انتشار الكثير من الأمراض. وعلى الرغم من أن هناك العديد من العوامل الأخرى، ذا النظافة، يمكن أن تحول دون انتشار مثل هذه الأمراض، إلا أن النظافة لم تزل هي العامل الرئيسي والإجراء الوقائي الميسر الذي يمكن للسكان أن يعملوا على تنميته.

أن النظافة والمظهر الشخصي لا يعكسان رضي الفرد عن نفسه فحسب، بل يعكسان بالإضافة إلى ذلك احترام الآخرين.

الفصل الثاني

صحة الأسنان

الفم هو المدخل الأول للقناة الهضمية. ولتركيب الفم وظيفة رئيسية في عملية الاتصال، وتعد الأسنان ذات أهمية كبيرة بالنسبة لعملية الهضم. ولذا فان العناية البالغة بها أمر ضروري ولازم.

وللأسنان أهميتها في مضغ الطعام، وبمعاونة اللسان يتم خلط الطعام باللعاب كجزء في عملية الهضم. وتمثل الأسنان إضافة إلى تعبيرات الوجه والملامح. ويعكس تغيير لون الأسنان أيضا عادات الفرد كالتدخين و/أو شرب الخمور إذ تكون للأسنان عندئذ صبغة معينة. نظرا لان الأسنان من الأعضاء الظاهرة فان العناية بها غالبا ما تعطي انطباعا لدي الآخرين عن اتجاهات الفرد العامة إزاء الأمور الصحية.

أن أهمية الأسنان لا ترجع إلى الوظيفة التي تؤديها أو الانطباع الذي تتركه لدي الآخرين فحسب، ولكن لان عدم العناية الكافية بها قد يؤدى إلى العديد من المشكلات الصحية.

***

التعريف بالتعاليم الإسلامية

تعتبر السنة هي المصدر لجميع التعاليم الصحية الإسلامية التي تتعلق بصحة الأسنان. وليست هناك أية قرآنية واحدة يمكن إدراجها تحت

التصنيف الخاص بالعناية بالأسنان. ومن ثم فان أقوال النبي صلى الله عليه وسلم تقدم لنا المصادر الخاصة بهذا الموضوع.

"عن أبي هريرة ﷺ عن النبي ﷺ قال لولا أن اشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة" (صحيح البخاري الجزء الثالث ص٨٦) والمسوون هو عود يشبه

فرشاة الأسنان يؤخذ من سوق أو جذور نبات الأراك (Sarvadora Persica) يستاك به الفرد.

"عن عائشة ﷺ عن النبي ﷺ قال لسواك مطهرة للفم مرضاة للرب" (صحيح البخاري الجزء الثالث ص٨٦).

"عن ابن عباس ﷺ قال بت عند النبي ﷺ فاستن" (صحيح البخاري الجزء الأول ص١٥٣ – ١٥٤).

"عن المقدام بن شريح عن أبيه قال سالت عائشة قلت بأي شيء كان يبدأ النبي ﷺ إذا دخل بيته قالت بالسواك" (صحيح مسلم الجزء الأول ص١٥٨).

"عن سويد بن النعمان انه خرج مع النبي ﷺ عام خيبر حتى إذا كنا بالصهباء وهي من ادني خيبر صلى العصر ثم دعا بالأذواء فلم يؤت إلا بالسويق فأمر به فثري فأكل وأكلنا ثم قال إلى المغرب فمضمض ومضمضنا ثم صلي ولم يتوضأ" (صحيح البخاري الجزء الثالث ص٢٦٤ – ٢٦٥).

عن حذيفة قال كان النبي ﷺ إذا قام ليتهجد يشوص فاه بالسواك"

(صحيح مسلم الجزء الأول ص١٥٨).

وكما سبق أن ذكرنا فانه لا توجد أية قرآنية واحدة تتناول العناية بالأسنان ولذا فان جمع التعاليم الإسلامية المتعلقة بصحة الأسنان مستقاة من سنة النبي ﷺ. ويضفي القرآن على سنة النبي مُحَمَّد ﷺ صحتها ونفاذها، على نحو ما جاء في الآية الكريمة:

"لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا". (الآية ٢١ من سورة الأحزاب)

ويؤمن المسلمون بان مُحَمَّدا رسول الله هو القدوة التي ينبغي أن تحتذي. ولقد حاول المسلمون الأوائل، بدافع من إيمانهم، الاقتداء بمنهجه في الحياة حتى من غير أن يعلموا أن القيمة الموضوعية المجردة لأعماله (ص). وحتى يومنا هذا مازال المسلمون على اعتقادهم سواء أدركوا لو لم يدركوا كل ما صدر عن الرسول من أقوال أو أفعال هي سنة يجب عليهم إتباعها.

***

الشرح والتفسير

واضح مما اشتملت عليه السنة، أن مُحَمَّدا (ص) كان ينظف أسنانه عدة مرات في اليوم. فقد كان يفعل ذلك قبل كل وضوء (٥ مرات) واثر عودته إلى بيته وقبل ان يخلد إلى نومه وكلما استيقظ بالليل ليتهجد.

منذ أربعة عشر قرنا لقيت العناية بصحة الأسنان اهتماما كبيرا من النبي (ص). والسواك عبارة عن فرشاة على شكل القلم تؤخذ من سوق او جذور شجرة الأراك التي تنمو في شبه الجزيرة العربية والهند والشرق الأوسط.

ولقد حث النبي (ص)، قومه على استخدام السواك، خاصة قبل الصلاة أو قبل أن يجتمعوا مع بعضهم البعض وقد عرف الناس ذلك وأدركوه. وكان يستخدم السواك بل أن يخلد إلى النوم وفور وصوله إلى بيته وقبل أن يتحدث إلى الناس.

وفي كتاب "سيرة النبي" كتب ابن هشام يقول انه عندما حان موعد انتقال النبي إلى الرفيق الأعلى، روي عن عائشة: "دخل عبد الرحمن بن أبي بكر، على النبي (ص) وأنا مسندته إلى صدري ومع عبد الرحمن سواك رطب يستن ب فأمده رسول الله (ص) بصره فأخذت السواك فقضمته ونفضته وطيبته ثم دفعته إلى النبي (ص) فاستن به فما رأيت رسول الله (ص) استن استنانا قط أحسن منه فما عدا أن فرغ رسول الله (ص)، رفع يده أو أصبعه ثم قال في الرفيق الأعلى ثلاثا" ثم قضي[١]

ولقد أبدى النبي اهتماما بالعلاقة والحدود الفاصلة بين الممارسة الصحية والعقيدة. وفي الحديث الثاني حث الرسول المسلمين على استخدام السواك كأداة لتطهير الفم والسعي إلى مرضاة الله سبحانه وتعالي.

وعكست أقواله الأخرى مدى إصراره على تنظيف أسنانه. وكان صلوات الله وسلامه عليه يحب السواك سواء كان صائما أو غير صائم، وعند قيامه من نومه وقبل الوضوء وقبل الصلاة واثر عودته إلى بيته.

***

(١) ابن هشام "سيرة النبي" الجزء الرابع ص٤٤٤

المناقشة

يعرف السواك، وهو نبات بري، في كل البلاد الإسلامية وفي الهند. وينمو على سواحل البحر في شرق أفريقيا وشبه الجزيرة العربية وإيران وسوريا وغربي الهند. ولقد استعمل الناس السواك اقتداء بما كان يفعله النبي. واستخدام السواك أيسر بالنسبة للفرد العادي من استخدام الفرشاة ومعاجين الأسنان.

والأراك نبات شائع في الهند، وتركيبه الكيميائي معروف تماما. ولقد تم إنتاج معجون للأسنان من هذا النبات يعرف في الهند باسم "نيم" **Neem**.

وكما اشرنا من قبل، فان السواك جزء من ساق أو جذر نبات الأراك. ولكي تصنع منه ما شبه الفرشاة عليك أن تزيل الطبقة الخارجية الموجودة في نهاية العود ثم بضربه أو مضغه تنفصل الألياف عن بعضها البعض مكونة ما يشبه الفرشاة.

لقد توصل "شارما" **Sharma** وهو عالم هندي من علماء النبات إلى أن نبات الأراك غني بمادة الفلور، السليكون، الكالسيوم، الخشب، سيلكا اللحاء، البوتاسيوم، وفقير في مادة الكالسيوم اللحائي[١].

وجاء في الدراسة التي قام بها فاروقي وسريفستافا **Sirvastave** عن "شجرة فرشاة الأسنان".

"طلبت مؤخرا صناعة الدواء في بعض الدول الأوربية، المادة

([1]) Sharma, B.M Chemical Analysis of som Desert trees Chemical Abstracts, 28862j, 1971

شارما "التحليل الكيميائي لبعض نباتات الصحراء" المجلة الكيميائية بند ٢٨٨٦٢ – ١٩٧١.

المستخلصة من شجرة Salvadora Persica. وثبت أن معجون الأسنان الذي يحتوى على مستخلصات من هذا النبات لديه القدرة على الاحتفاظ باللثة والأسنان في صحة جيدة، وانه يضفي على الأسنان بياضا ناصعا"(1).

وتطرقت الدراسة لمناقشة القيمة العلمية للنبات ككل.

"تؤكل أوراق هذا البنات في أطباق السلطة وتستخدم طبيا في علاج السعال والربو والإسقربوط والروماتيزم والبواسير وغيرها من الأمراض. وتعد الأزهار الفواحة بمثابة منشط وملين وتستخدم في حالات الجذام والسيلان والصداع. وتؤكل الثمار طازجة أو مجففة وتعتبر مزيلة للسد وطاردة لريح الأمعاء ومدرة للبول، ولذا فإنها توصف في حالات تضخم الطحال والروماتيزم (التهاب المفاصل) والأورام الخبيثة وتكون حصيات المرارة. ومع ذلك فان أكثر الاستخدامات شيوعا وأولها هو استخدام الأفرع الصغيرة ولحاء الجذور كفرشاة للأسنان وكمستحضر لتنظيف الأسنان(2).

طحنه بين الأسنان، واليه ترجع سرعة انتفاخ الأجزاء الصغيرة من الأفرع والجذور الجافة بمجرد غمسها في الماء. وتحتوي اللحائي أيضا على العديد من الألياف سميكة الجدران. ولذا فانه من الممكن الحصول على فرشاة قوية وجيدة من طريق طحن الأفرع الصغيرة أو الجذور بين الأسنان"(3).

ولقد أوضح "فاروقي وسيرفاستافا" الأسباب التي تزكي اختيار هذا

---

(1) فاروقي وسريفاستافا "شجرة فرشاة الأسنان – سلفادورا بيرسيكا"

Farooqi, M.I.H., and Srivastava, J.G., the tooth – Brush tree (Salvadora Persica) the Quart.J. Grude Drug Research 8. 1297, 1968.

(2) المرجع السابق ص١٢٩٧

(3) المرجع السابق ص١٢٩٨

النبات كأداة لتنظيف الأسنان (مسواك أو داتون) بسبب تركيبه التشريحي ونظرا للمكونات الكيميائية الموجودة به، وأوضحا التركيب التشريحي على النحو التالي:

احتواء الساق والجذور على كثير من اللحاء بين خشبي والذي يجعل الخشب أسفنجيا ومن السهل وترجع فعالية السواك إلى تكوينه الكيميائي بالإضافة إلى تركيبه التشريحي.

فقد نشر كل من Ezmirly, Cheng, Wilson مقالا عن نبات الأراك Salvadora Persica كجزء من برنامج اختبار للعقاقير اجري بين جامعة الرياض وقسم الكيمياء في جامعة أنديانا، مما جاء فيه:

أثبتت المواد المستخلصة من نبات سلفادور تأثيرها المضاد للبكتريا وبالإضافة إلى ذلك فقد تم فصل المستخلص المائي والايثانولي نظرا لاتساع نطاق استخداماتها الدوائية. ولقد اظهر المستخلص المائي أثرا ضعيفا في تخفيف الالتهابات عند تجريبه على أديما القدم التقليدية. واظهر المستخلص الايثانولي (الكحولي) اثرا متوسطا في تخفيض السكر في فار أعطى كميات كبيرة من السكر، عندما بلغت الجرعة ٤٠٠ ملجم/ كجم وليست لأي من المستخلصين درجة سمية حتى درجات مركزة إلى ١٢٠٠ ملجم/ كجم. لهذا فان استخدام نسبة كبيرة من السكان في المملكة العربية السعودية لهذا النبات كفرشاة للأسنان غير ضار بالتأكيد، بل قد يساهم نظرا لما يحتويه من المكونات البيولوجية الفعالة في حماية الأسنان من التسويس"[١].

[1]Ezmirly, S.T, Cheng, J.C., and Wilson S.R

(٢) النباتات الطبية في المملكة العربية السعودية "مجلة أبحاث النباتات الطبية ٣٥: ١٩٢ فبراير ١٩٧٩.

ووصف عبد الله مسعود النبات واكتشافه بواسطة Rudat احد العلماء الألمان والذي يقول:

لقد قرأت عن السواك الذي يستخدمه العرب كفرشاة للأسنان، فبدأت أبحاثي بان زرعت ذلك النبات ورويته. وعندما وضعت السواك المبلل في مزرعة للكائنات المهجرية، لاحظت نفس التغيير الذي تسببه إضافة البنسلين"[١].

ثم أكمل مسعود أبحاثه بنص للدراسات حول تأثير السواك على جراحة طب الأسنان. وكان الدفاع عن السواك في صورته الغالبة مبنيا على حقيقة أن معاجين الأسنان جميعها لا تحتوي بالضرورة على المكونات الفعالة[٢].

ويتحقق الاستخدام الأمثل السواك عندما يكون الساق اخضرا وليس جافا، ففي هذه الأحوال تكون المكونات الكيميائية في أعلى درجات تركيزها. وتتضح لنا قيمة السواك الأخضر في القصة التي اشرنا إليها عندما حان وقت انتقال النبي (ص) إلى الرفيق الأعلى. فكما ذكرنا أعطى الرسول سواكا اخضرا وهذا ثبت أن السواك الأخضر كان هو المفضل في ذلك الوقت حيث أن تركز المكونات الكيميائية فيه أعلى وأليافه غير جامدة، الأمر الذي يكسبه فعالية اكبر في مسح الأسنان وتنظيفها.

---

(١) مسعود.أ.أ "السواك والطب الحديث" ص٢

(٢) المرجع السابق ص ٣ — ٤

وللألياف الطرية نسبيا في السواك الأخضر ميزة أخرى وهي تقليل احتمال إصابة اللثة.

وبالرغم من أن الأحاديث لم تذكر أن النبي (ص) كان ينظف أسنانه عقب الأكل إلا انه قد ورد النص صراحة في الأحاديث بان النبي كان يشطف فمه بالماء عقب الطعام. ولقد أعلن "Bucher" وآخرون انه:

"إذا لم يتسن غسل الأسنان بالفرشاة عقب تناول الطعام فان شطف الفم بالماء بعناية أمر له أهميته. ومنظفات الفم التي تباع في الأسواق الآن ليست لها قيمة طبية ولا تمنع تسويس الأسنان ولكن مستحضرات تنظيف الأسنان تساعد على نظافة الأسنان(١).

ومن اجل المحافظة التامة على صحة الأسنان فان هناك متطلبات أخرى بالإضافة إلى التنظيف المتكرر باستخدام الفرشاة. أن تركيب الأسنان ونوع الطعام الذي يتناوله الفرد يسهمان في تسويس الأسنان وأمراض اللثة. ومع ذلك فان استخدام الفرشاة المتكرر وخاصة بعد الأكل يعد أولى خطوات طب الأسنان الوقائي.

أن العناية بالأسنان أمر هام للغاية فالأسنان السليمة تعكس أثرها لي شخصية الفرد. أن تنظيف الأسنان بانتظام يقلل من تراكم البكتريا التي تسبب الرائحة وتؤدى إلى نخر الأسنان وتكلسها والتهاب الفم. وللأسنان أهميتها من الطفولة حتى آخر يوم في العمر ولذا فان الحفاظ عليها بصحة

---

(1)Bucher, C.A, Isen, E.A. Will goose, C.E.

أساسيات الصحة ص٢٣١

جيدة أمر حيوي.

أن الحفاظ بالأسنان بصحة جيدة جزء من العادات الصحية. وتنظيف الأسنان بصورة مستمرة هو إحدى هذه العادات. وقد استخدم النبي (ص) السواك الذي تبين انه يعادل فرشاة الأسنان ومعجون الأسنان معا. ولذا فان تنظيف الأسنان باستخدام السواك أو فرشاة الأسنان ومعجون الأسنان عادة حسنة ينبغي من وجهة النظر الإسلامية العمل على تنميتها. وربما يكون من الأيسر على الأفراد الذين يقطنون المجتمعات الريفية أن يستخدموا السواك ما دامت فرشاة الأسنان ومعجونها لا يتوافران بصورة عملية.

***

الملخص

لقد أمر الرسول أتباعه عدة مرات خلال حياته بان ينتهوا عما نهاهم عن فعله وان يفعلوا قدر استطاعتهم ما أحب لهم أن يفعلوه. وتنظيف الأسنان هو احد الأمثلة على ما أمر به وفعله بنفسه. وقد ضرب النبي (ص) المثل موضحا الحاجة إلى تنظيف الأسنان قبل كل وضوء. أن تنظيف الأسنان ليس من اجل السعي لنيل رضاء الله فحسب ولكنه يؤثر على صحة الفرد ويتمشى مع المفاهيم الإسلامية.

الفصل الثالث

التربية الجنسية

موضوع التربية الجنسية موضوع حيوي وحساس. ينبغي أن يتم تناوله بعناية وبطريقة تجعل منه موضوعا مقبولا لدي أي مجتمع. ونظرا لان الجنس يلعب دورا رئيسيا في السلوك الإنساني، لذا يجدر بنا أن نعتبره موضوعا حيويا.

ينظر الإسلام إلى الإنسان على انه أذكى واقدر المخلوقات على التكيف لأنه المخلوق الوحيد القادر على التفكير واستخدام قدراته الذهنية لكي يحيا ولكي يتحكم في البيئة لصالحه. وتحكم المبادئ الإسلامية السلوك الجنسي لدي الأفراد وتساهم في إرساء نظام اجتماعي صحي. ولقد أوضح الإسلام بعناية العلاقة بين الجنسين.

ولكي نيسر مناقشة موضوع التربية الجنسية في الإسلام، قسمنا التعاليم الخاصة بالتربية الجنسية إلى موضوعين رئيسين يتناولان التربية الجنسية في القرآن.

ولقد استخدم **Bucaille** تعبير "التوالد الإنساني" ليشمل التقسيمات الفرعية الثلاث التالية:

١- التذكير ببعض المفاهيم الرئيسية المحددة.

٢- التوالد الإنساني في القرآن.

٣- القرآن والتربية الجنسية.

وكما أوضح Bucaille [1] فان معظم الترجمات لمعاني القرآن لا تعطى الأبعاد الصحية للتعبيرات المستخدمة في النص القرآني. ولقد استطاع – نظرا لخلفيته كجراح – أن يلم بأكثر من المعاني التي قدمتها الترجمات. ويعد التقسيم الفرعي الأول المتعلق بالمفاهيم الرئيسية تقسيما أساسيا بالنسبة للمناقشة التالية. ولقد أشير إلى شرحه وترجمته لبعض المصطلحات القرآنية في حالة عدم كفاية ترجمة "بكتال" Pick tall.

وقد اخترنا التقسيمات التالية لمناقشة موضوع التربية الجنسية:

١) تطور الأجنة والطريقة التي استخدمها المسلمون الأوائل لتحديد (ضبط) النسل.

٢) الأنشطة الجنسية.

٣) الطمث.

٤) الشذوذ الجنسي.

***

١- تطور الأجنة وتحديد النسل

يحتوى القرآن الكريم على العديد من التعاليم المتعلقة بعلم الأجنة في مواضع كثيرة. وقد ذكرت بعض هذه الآيات مرتبطة بقدرة الخالق سبحانه وتعالي.

وللوهلة الأولي فان التعاليم الخاصة بعلم الأجنة تبدو بسيطة للغاية. ولقد كان التبسيط ضروريا نظرا للافتقار إلى التقدم العلمي والفني في

---

١ Bucaille, Maurice الإنجيل والقرآن المعلم. (صفحة ١٩٨، ٢٠٧)

الوقت الذي ينزل فيه القرآن منذ أربعة عشر قرنا في شبه الجزيرة العربية. وفي استطاعة المتخصصين المحدثين من ذوي الخلفية العلمية والإلمام الجيد باللغة العربية أن يتوسعوا في هذه التعاليم.

***

التعريف بالتعاليم الإسلامية

﴿وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِن بَنِي آدَمَ مِن ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ ۖ قَالُوا بَلَىٰ ۛ شَهِدْنَا ۛ أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَٰذَا غَافِلِينَ﴾. (الآية ١٧٢ من سورة الأعراف)

﴿الَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ إِلَّا اللَّمَمَ ۚ إِنَّ رَبَّكَ وَاسِعُ الْمَغْفِرَةِ ۚ هُوَ أَعْلَمُ بِكُمْ إِذْ أَنشَأَكُم مِّنَ الْأَرْضِ وَإِذْ أَنتُمْ أَجِنَّةٌ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ ۖ فَلَا تُزَكُّوا أَنفُسَكُمْ ۖ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَىٰ﴾. (الآية ٣٢ من سورة النجم)

﴿وَأَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنثَىٰ * مِنْ نُطْفَةٍ إِذَا تُمْنَىٰ﴾. (الآية ٤٥ – ٤٦ من سورة النجم)

﴿أَفَرَأَيْتُم مَا تُمْنُونَ * أَأَنْتُمْ تَخْلُقُونَهُ أَمْ نَحْنُ الْخَالِقُونَ﴾. (الآية ٥٨ – ٥٩ من سورة الواقعة)

﴿خَلَقَ الْإِنسَانَ مِن نُّطْفَةٍ فَإِذَا هُوَ خَصِيمٌ مُّبِينٌ﴾. (الآية ٤ من سورة النحل)

﴿أيحسب الإنسان أنْ يُترْك سُدى * ألَمْ يكُ نُطْفة مِنْ منيٍ يُمْنى * ثُمّ كان علقة فخلق فسوّى * فجعل مِنْهُ الزّوْجيْنِ الذّكر والْأُنْثى * ألَيْس ذلِك بِقادِرٍ على أنْ يُحْيِي الْموْتى﴾. (الآية ٣٦ – ٣٧ – ٣٨ – ٣٩ – ٤٠ من سورة القيامة)

﴿هلْ أَتَى عَلَى الْإِنْسَانِ حِينٌ مِنَ الدَّهْرِ لَمْ يَكُنْ شَيْئًا مَذْكُورًا * إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا﴾. (الآية ١ – ٢ من سورة الإنسان)

﴿خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَأَنزَلَ لَكُم مِّنَ الْأَنْعَامِ ثَمَانِيَةَ أَزْوَاجٍ ۚ يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّن بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ۚ ذَٰلِكُمُ اللَّهُ رَبُّكُمْ لَهُ الْمُلْكُ ۖ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ۖ فَأَنَّىٰ تُصْرَفُونَ﴾. (الآية ٦ من سورة الزمر)

﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسانَ مِنْ سُلالَةٍ مِنْ طِينٍ * ثُمَّ جَعَلْناهُ نُطْفَةً فِي قَرارٍ مَكِينٍ * ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظامًا فَكَسَوْنَا الْعِظامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْناهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخالِقِينَ﴾. (الآية ١٢ – ١٣ – ١٤ من سورة المؤمنون)

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ ۚ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ۖ وَمِنكُم مَّن يُتَوَفَّىٰ وَمِنكُم مَّن يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِن بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا ۚ وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَإِذَا أَنزَلْنَا عَلَيْهَا الْمَاءَ اهْتَزَّتْ وَرَبَتْ وَأَنبَتَتْ مِن كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ﴾. (الآية ٥ من سورة الحج)

﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِن بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِن بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ﴾. (الآية ٥٤ من سورة الروم)

﴿فَأَتَتْ بِهِ قَوْمَها تَحْمِلُهُ قالُوا يا مَرْيَمُ لَقَدْ جِئْتِ شَيْئًا فَرِيًّا * يا أُخْتَ هارُونَ ما كانَ أَبُوكِ امْرَأَ سَوْءٍ وَما كانَتْ أُمُّكِ بَغِيًّا﴾. (الآية ٢٧ – ٢٨ من سورة مريم)

﴿وَقَدْ خَلَقَكُمْ أَطْوَارًا﴾. (الآية ١٤ من سورة نوح)

﴿خُلِقَ مِنْ مَاءٍ دَافِقٍ * يَخْرُجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَالتَّرَائِبِ﴾. (الآية ٦ – ٧ من سورة الطارق)

﴿أَلَمْ نَخْلُقْكُمْ مِنْ مَاءٍ مَهِينٍ * فَجَعَلْنَاهُ فِي قَرَارٍ مَكِينٍ﴾. (الآية ٢٠ – ٢١ من سورة المرسلات)

﴿الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ * ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ مَاءٍ مَهِينٍ * ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَا تَشْكُرُونَ﴾. (الآية ٧ – ٨ – ٩ من سورة السجدة)

﴿اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ * خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ﴾. (الآية ١ – ٢ من سورة العلق)

﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنكُم مَّن يُتَوَفَّىٰ مِن قَبْلُ وَلِتَبْلُغُوا أَجَلًا مُّسَمًّى وَلَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ﴾. (الآية ٦٧ من سورة غافر)

﴿وَاللَّهُ خَلَقَكُم مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِن نُّطْفَةٍ ثُمَّ جَعَلَكُمْ أَزْوَاجًا ۚ وَمَا تَحْمِلُ مِنْ أُنثَىٰ وَلَا تَضَعُ إِلَّا بِعِلْمِهِ ۚ وَمَا يُعَمَّرُ مِن مُّعَمَّرٍ وَلَا يُنقَصُ مِنْ عُمُرِهِ إِلَّا فِي كِتَابٍ ۚ إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ﴾. (الآية ١١ من سورة فاطر)

﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَاقٍ ۖ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ۚ إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْئًا كَبِيرًا﴾. (الآية ٣١ من سورة الإسراء)

﴿وَمَا مِن دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا ۚ كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ﴾. (الآية ٦ من سورة هود)

وقد رويت في هذا الصدد الأحاديث التالية:

عن انس بن مالك، ور فع الحديث، انه قال إن الله عز وجل قد وكل بالرحم ملكا فيقول أي رب نطفة أي رب علقة أي رب مضغة فإذا أراد ربي أن يقضي خلقا قال الملك أي رب ذكرا أو أنثى شقي أو سعيد فما الرزق فما الأجل فيكتب كذلك في بطن أمه (صحيح مسلم الجزء الرابع ص١٣٩٣).

عن أبي سعيد الخدري، ﷺ، انه اخبره قال أصبنا سبايا فكنا نعزل ثم سألنا رسول الله ﷺ عن ذلك فقال لنا وإنكم لتفعلون وإنكم لتفعلون وإنكم لتفعلون ما من نسمة كائنة إلى يوم القيامة إلا هي كائنة (صحيح مسلم الجزء الثاني ص٧٣٣).

عن جابر قال: كنا نعزل على عهد النبي ﷺ والقرآن ينزل (صحيح البخاري الجزء السابع ص١٠٢ – ١٠٣).

عن أبي سعيد الخدري (ﷺ) قال ذكر العزل عند النبي ﷺ فقال وماذا قالوا الرجل تكون له المرأة ترضع فيصيب منها ويكره أن تحمل منه والرجل تكون له الأمة فيصيب منها وبكره أن تحمل منه قال فلا عليكم أن لا تفعلوا أذاكم فإنما هو القدر قال ابن عون فحدثت به الحسن فقال

والله لكان هذا زجر (صحيح مسلم الجزء الثاني ص٧٣٣ – ٧٣٤).

***

الشرح والتفسير

نزلت كل الآيات التي تتناول الأجنة لكي تقنع المسلمين الأوائل بقدرة الله الخالق فقد كانت معلوماتهم العلمية فيما يتعلق بتطور الأجنة أمرا غير معروف.

ينتج الجنين من تخصيب بويضة الأنثى بالحيوان المنوي للذكر، وتوجد مبايض الأنثى في ظهر منطقة الحوض وتتكون خصيتا الرجل في ذات المنطقة من الجسم ولكنهما تنزلان إلى الكيس الصفني قرب موعد الولادة وجميع الآيات التي اشرنا إليها تؤكد الآتي:

١) إن الجنين يتكون عقب عملية التخصيب بين بويضة الأنثى والحيوان المنوي للذكر.

٢) ذكرت الآيات غي عبارة بليغة جميع المراحل التي يمر بها الجنين في تطوره عقب الإخصاب من كونه علقة إلى استقراره في الرحم ثم تشكله إلى ذكر أو أنثى.

٣) إن ترتيب تكون العظام والعضلات وأعضاء الحس الذي ذكرته الآيات لا يتعارض مع ما كشفه العلك الآن.

٤) من المستحيل التنبؤ بصورة جازمة باستمرار الحمل حتى نهايته أو بالفترة التي يحياها الجنين كما انه من غير الممكن التحقق من الأسباب الحقيقية للوفاة في ٥٠% من حالات وفاة الأجنة.

٥) قد يموت بعض الأفراد في أو خلال مراحل التطور المختلفة وقد يعود بعضهم إلى الحياة في نفس التو واللحظة.

٦) يرث الجنين لدرجة ما الملامح الجسدية لوالديه وقد يرث تحت ظروف معينة ميلا تجاه أنواع معينة من السلوك.

٧) في وقت نزول القرآن لم يكن معروفا ما هو مقصود بتطور الجنين في "ظلمات ثلاث" والتي عرفنا أن المقصود بها (هي جدار البطن وجدار الرحم وكيس الجنين).

٨) يعتبر الاسم واد الأطفال من الفواحش. ويدخل في حكم ذلك الإجهاض. إن وسيلة ضبط النسل التي اتبعها المسلمون الأوائل كانت نوعا من منع الحمل أساسا.

***

المناقشة

أوردت الآية الكريمة أن الله هو الذي خلقكم من تراب ثم من نطفة ثم من علقة، وهذا يتعارض مع نظرية "داروين" عن نشوء الأنواع. ولقد ناقش "**Blechschmidt**" بإسهاب سوء الفهم الذي شاب هذه النظرية والذي أدي إلى مزيد من الأخطاء بالنسبة لقوانين الوراثة الحيوية، يقول "**Blechschmidt**":

إن من يدرس اليوم الأجنة الآدمية سوف لا يجد أية تأكيدات لاستنتاجات "**Haeckel**" عن مفاهيم النشوء. ونحن نعلم اليوم أن ما يعرف بالقانون الأساسي لعلم الوراثة هو أكثر أخطاء علم البيولوجي

خطورة. فلقد اتضح الآن أن المراحل الأولي في تطور الجنين الآدمي تختلف بجلاء عن تطور الأنواع الأخرى[١].

ولقد بني "Blechschmidt" مناقشته على الملاحظات التالية:

لقد وضح على وجه الخصوص أن الأجنة الآدمية لا تكرر عملية تطور النبات ولا الحيوان حتى بالنسبة لتركيبها الكرموزومي[٢]. إن التركيب الكرموزومي يختلف من نوع إلى آخر ولكنه يبقي دون أي تغير طوال مراحل التطور[٣]. أن الفرق بين الوجود والنشوء، فرق اكبر من أن نعتبر أن الوجود امتداد للنشوء[٤]. أن ما عرف بالقانون الأساسي للوراثة الحيوية، قانون خاطئ. ولا يمكن لعبارات مثل "لكن": أو "لو أن" أن تغير شيئا بالنسبة لهذه الحقيقة. إننا نستطيع القول أن هذه الحقيقة ليس فيها اقل قدر من الصحة أو أنها صحيحة في صورة أخرى حتى يمكننا أن نعتبرها ذات قيمة ولو بنسبة ما[٥].

وفي الحقيقة فان هذه المفاهيم تنسجم مع ما جاء في نص آيات القرآن من مفاهيم خاصة بالخلق. فان الآية القائلة ﴿خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا﴾. (سورة الزمر) تعتبر دليلا على تفرد خلق الأسنان. أن ادم هو أب للجنس البشري ومنه خلقت حواء. ومن الأيسر على المؤمنين

---

(١) Erich, Blechschmidt بدء الحياة الآدمية صفحة ٢٩ – ٣٠.

(٢) المرجع السابق صفحة ٣١.

(٣) المرجع السابق صفحة ٣٠.

(٤) المرجع السابق صفحة ٣١.

(٥) المرجع السابق صفحة ٣٢.

أن يقبلوا فكرة أن ادم وحواء هم الأبوين للجنس البشري عنه على غير المؤمنين. ويؤكد الجزء التالي من نفس الآية ﴿وَأَنزلَ لَكُمْ مِنَ الأنْعَامِ ثَمَانِيَةَ أَزْوَاجٍ﴾ ولذا فانه يغدو واضحا أن الأنواع الأخرى من المخلوقات هي نوع مختلف عن الخلائق.

وبالإضافة إلى قصة خلق ادم وحواء، فننا نجد أن النسبة المئوية للماء والمعادن في جسم الإنسان توازي إلى حد بعيد، نسبتها في الأرض. وكما علمنا القرآن أن الإنسان قد خلق من ﴿حَمَإٍ مَّسْنُونٍ﴾ فان هذا التوازي يصبح أمرا متوقعا.

وعند مناقشة الأجنة الآدمية علينا أن نتذكر دائما أن كل ما عرفناه اليوم قد تم التوصل إليه من خلال البحث المعملي المستفيض وانه حتى الآن لم تتم الإجابة على كل التساؤلات وهناك العديد من العوامل التي يتعين أن نأخذها في الاعتبار عند إجراء أي دراسة، كمرحلة الحمل.. الخ ومنهجية البحث والوراثة وحتى لو حاولنا في الدارسة أن ننظر إلى متوسط النمو، فيجب أن نتذكر دائما أن التطور قبل الولادة وبعد الولادة يعد أمرا فريدا بالنسبة لكل فرد، إذ يتحكم فيه تشابك معقد لعديد من العوامل.

وقد عرض الإسلام بجلاء الخطوات التي تحدث منذ الإخصاب حتى نهاية الحياة. وحتى قبل اكتشاف المجهر فقد ذكر الحيوان المنوي والبويضة وحتى أدق العمليات التي تعقب الإخصاب مثل تكون العلقة التي تستقر في الرحم والتركيب الأولي للجسم... الخ.

ولقد ناقش "Corliss" بالتفصيل التطور المبكر للجسم وتكون

الأعضاء والأجهزة ولقد ذكر فيما يتعلق بأعضاء الحس:

وبالرغم من أن أعصاب الحس المرتبطة بالأنف والعين لا يمكن إدراك تكوها في الأجنة البالغة ذات الأربعة إلى خمسة أسابيع، إلا انه لوحظ أن أسس هذه الأعضاء الحسية تتكون في هذه المرحلة[1].

ثم أكمل بحثه بمناقشة كيفية تكون حاسة البصر والشم والسمع. فبينما تبقي الأنف والعين غير تامة التركيب "فان الأذن تبدو بسيطة التكوين – أول ما تبدو –كتغليظ موضعي في طبقة الجلد الخارجية بمنطقة الرأس الخلفية[2].

هذا من جانب تكوين حاستي السمع والنظر ولكن إذا ما نظرنا إلى الموضوع من وجهة أي من الحاستين أكثر حيوية بالنسبة لسلامة الإنسان فان حاسة السمع هي الأكثر أهمية ولقد ذكر القرآن السمع قبل البصر كلما ذكر هاتين الحاستين معا.

ولقد بدا "**Bucaille**" دراسة حول التناسل الإنساني حسبما جاء في القرآن عن طريق شرح الصعوبات المرتبطة بترجمة مفردات القرآن. فقد ذكر انه في "الفقرة الخاصة باستقرار البويضة في رحم الأم سوف نرى كيف أن علماء اللغة العربية العظام المفتقرين للخليفة العلمية قد وقعوا في هذا الخطأ الفادح"[3].

---

(١) -Corliss, C.E أنماط الأجنة الآدمية كعناصر للتطور الإكلينيكي صفحة ٦٢.

(٢) المرجع السابق صفحة ٦٢.

(٣)Bucaille صفحة ٢٠٠.

وأوضح "Bucaille" الآيات المتعلقة بالتناسل الإنساني باستخدام ترجمته الخاصة ولكونه جراحا وباحثا في اللغة العربية ودارسا للقرآن فقد مكنه ذلك من ترجمة هذه الآيات بعمق ومن أن يعكس المفاهيم وان يربط بينهما من وجهة النظر العلمية.

لقد قدم الشرح التالي لوصف القرآن لتطور الجنين داخل الرحم من مرحلة "المضغة" إلى مرحلة العلقة ثم تكون الأنسجة المكونة للعظام ثم مرحلة اكتسائها باللحم.

يجب أن نؤكد على الفرق بين المضغة واللحم اللذين جاءا في النص القرآني. فالجنين يعد في مراحله الأولي كتلة صغيرة وفي مرحلة معينة من تطورها فإنها تبدو للعين المجردة كمضغة اللحم، وتبدأ العظام في التكون داخل هذه الكتلة فيما لا يعرف بطبقة "الميزانشيما" أو "الطبقة المتوسطة" ثم تكسي العظام التي تكونت باللحم وتنطبق عليها كلمة لحم(١).

وفي الحقيقة أن مناقشة "Bucaille" تعد مناقشة منظمة ومبنية على فهم الأفكار الإسلامية والخلفية العلمية.

والإسلام يشجع المسلمين على الزواج والإنجاب، وفي الوقت نفسه ليس هناك تحريم واضح لضبط النسل. والإجهاض(٢) محرم في الإسلام إذ يعتبر نوعا من قتل النفس البشرية. والعزل "Coitrus"

---

(١) المرجع السابق صفحة ٢٠٥ – ٢٠٦.

(٢) إلا في حالات ضرورية قصوى مثل: درء الخطر على الأم الحامل ونحو ذلك.

كان يزاول أثناء حياة النبي محمد (ﷺ). ولقد فسر بعض أئمة المسلمين أقوال النبي حول العزل على انه تحريم، بينما اقره آخرون، والعزل لم يحرم بصورة مباشرة أو غير مباشرة، لذا فان إتباع ا من وسائل تحديد النسل التي تمنع الحيوان المنوي من تخصيب البويضة يعد أمرا مقبولا. أن معظم الدول الإسلامية والدول النامية تعاني من مشكلة زيادة الكثافة السكانية، وفي نفس الوقت، فان على المرأة أن تعمل خارج المنزل لمعاونة أو تدعيم الأسرة ماديا. وهذا من شانه أن يضع على عاتقها المزيد من الأعباء وإنجاب المزيد من الأطفال سوف يزيد من العبء، ولذا فان تحديد النسل بأي وسيلة كانت أمر مطلوب لصالح المرأة ولتحقيق حياة أفضل للأسرة[١].

والكثافة السكانية عملة ذات وجهين، وجه دولي والآخر قومي. والعالم في مجموعه وحدة واحدة. ولذا فان الكثافة السكانية في بعض أجزاء العالم تعد نوعا من سوء التوزيع، وهذا التفسير لا يتعارض مع أي قانون طبيعي. فعلى أساس هذا القانون ذاته يتم إعادة توزيع المصادر العديدة من الثروات الطبيعية. فما اصطلح على تسميته الاستيراد والتصدير والهجرة والنزوح هي المصطلحات المرتبطة بإعادة التوزيع البشري. ولكن الوضع ليس بهذه البساطة دائما إذ أن هناك عوامل أخرى تمنع إعادة التوزيع

---

[١] وفي نفسي شيء من هذه الدعوة. واراها كمن منكرات الدعوات اللئيمة (اليهودية أو الصليبية) مع إيماني وقناعتي بضرورة ترشيد عملية النسل وفاق المصلحة العامة والخاصة (مصلحة الأسرة ومصلحة الأمة)، وأفضل ما قرأت في هذا الموضوع كتاب: "حركة تحديد النسل المرحوم أبي الأعلى المودودي، وينظر الصفحة ٧٠ و ٧١ منه.

البشري. ومن ثم فان استخدام وسائل ضبط النسل تصبح أمرا مطلوبا في البلاد الإسلامية و/أو البلاد النامية.

الملخص

التناسل الإنساني موضوع هام يجب أن يدرس كجزء من التربية الجنسية. فتدريس هذا الموضوع في الدول النامية ينظر إليه كموضوع حساس يجب ألا يدرس في المدارس. إن الجنس حقيقة تكرر ذكرها في القرآن عدة مرات ولكن أي نمط من التعبير

استخدم في القرآن وأقوال الرسول ﷺ ؟ إن لتدريس التناسل الإنساني أهمية كبيرة، ليس فقط من الناحية البيولوجية ولكن أيضًا في إظهار أن الله الخالق قوي قادر. إن هناك المئات من الأمور التي يمكن تدريسها والتي تعكس دون شك قدرة الله جل شأنه.

ولكن التناسل البشري كجزء من التربية الجنسية ينبغي أن يدرس في الدول النامية كخطوة نحو إيجاد العلاج للمشكلة الرئيسية وهي الكثافة السكانية.

٢- العلاقات الجنسية

إن إلقاء الضوء على التعاليم الإسلامية التي يمكن اللجوء إليها ، كي يتعلم المسلم كيف يحيا حياة صحيحة، ويتغلب على المفاهيم الخاطئة التي نقلت إليه من خلال ثقافته ومطالبه الاجتماعية وهي من الأهداف الرئيسية التي تركز عليها هذه الدراسة.

ولقد تم التعرف على التعاليم الإسلامية التالية فيما يتعلق بالعلاقات الجنسية:

{حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَاتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ وَعَمَّاتُكُمْ وَخَالَاتُكُمْ وَبَنَاتُ الْأَخِ وَبَنَاتُ الْأُخْتِ وَأُمَّهَاتُكُمُ اللَّاتِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَاتُكُم مِّنَ الرَّضَاعَةِ وَأُمَّهَاتُ نِسَائِكُمْ وَرَبَائِبُكُمُ اللَّاتِي فِي حُجُورِكُم مِّن نِّسَائِكُمُ اللَّاتِي دَخَلْتُم بِهِنَّ فَإِن لَّمْ تَكُونُوا دَخَلْتُم بِهِنَّ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ وَحَلَائِلُ أَبْنَائِكُمُ الَّذِينَ مِنْ أَصْلَابِكُمْ وَأَن تَجْمَعُوا بَيْنَ الْأُخْتَيْنِ إِلَّا مَا قَدْ سَلَفَ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَّحِيمًا} (سورة النساء: آية ٢٣).

{أُحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَىٰ نِسَائِكُمْ ۚ هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَأَنتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ ۗ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنتُمْ تَخْتَانُونَ أَنفُسَكُمْ[1] فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنكُمْ ۖ فَالْآنَ بَاشِرُوهُنَّ وَابْتَغُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ ۚ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ۖ ثُمَّ أَتِمُّوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ ۚ وَلَا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ ۗ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرَبُوهَا ۗ كَذَٰلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ} (سورة البقرة: آية ١٨٧).

{نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ ۖ وَقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُم مُّلَاقُوهُ ۗ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ} (سورة البقرة: آية ٢٢٣).

{وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُم مِّنْ أَزْوَاجِكُم بَنِينَ

---

(١)وقبل نزول هذه الآية كان المسلمون يصومون من بعد طعام الليل حتى طعام الليل الذي يليه. وكانوا إذا ما قاموا قبل تناول طعام العشاء يعتبرون أنه من الواجب عليهم أن يمسكوا عن الطعام، مع ما قد ينتج عن ذلك من أن يتضور الرجال جوعًا ويوشكوا على الموت، وكان الجماع مع نسائهم محرمًا كذلك.

وَحَفَدَةً وَرَزَقَكُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ ۚ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ} (سورة النحل: آية ٧٢).

{وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ} (سورة الروم: آية ٢١).

{يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَطَلِّقُوهُنَّ لِعِدَّتِهِنَّ وَأَحْصُوا الْعِدَّةَ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ رَبَّكُمْ ۖ لَا تُخْرِجُوهُنَّ مِن بُيُوتِهِنَّ وَلَا يَخْرُجْنَ إِلَّا أَن يَأْتِينَ بِفَاحِشَةٍ مُّبَيِّنَةٍ ۚ وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ ۚ وَمَن يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ ۚ لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَٰلِكَ أَمْرًا (١) فَإِذَا بَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ فَارِقُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَأَشْهِدُوا ذَوَيْ عَدْلٍ مِّنكُمْ وَأَقِيمُوا الشَّهَادَةَ لِلَّهِ ۚ ذَٰلِكُمْ يُوعَظُ بِهِ مَن كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ۚ وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا} (سورة الطلاق: آية ١، ٢).

ويعطي النبي (ﷺ) المثل الطيب للأزواج :

عن ابن أبي وقاص عن النبي ﷺ أنه قال: "ومهما أنفقت فهو لك صدقة حتى اللقمة ترفعها في فيّ امرأتك} (صحيح البخاري- الجزء الأول – ص ٤٨).

"عن إبراهيم عن علقمة قال كنت أمشي مع عبد الله بمنى فلقيه عثمان فقام معه يحدثه فقال له عثمان يا أبا عبد الرحمن ألا نزوجك جارية شابة لعلها تذكرك بعض ما مضى من زمانك قال فقال عبد الله لئن قلت ذاك لقد قال لنا رسول الله (ﷺ) يا معشر الشباب من استطاع منكم

الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء" (صحيح مسلم- الجزء الثاني- ص ٧٠٢ – ٧٠٣).

"عن عائشة ﷺ قالت كان رسول الله ﷺ يقبل وهو صائم ويباشر وهو صائم ولكنه أملككم لأربه" (صحيح البخاري- الجزء الثالث – ص ٨٢).

"عن عبد الله بن زمعة عن النبي (ﷺ) قال: لا يجلد أحدكم امرأته جلد العبد ثم يجامعها في آخر اليوم" (صحيح البخاري- الجزء الثاني – ص ٤٢).

عن عبد الله بن عمرو بن العاص قال: قال رسول الله ﷺ: "يا عبد الله ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل قلت بلى يا رسول الله قال فلا تفعل صم وافطر أو نم فإن لجسدك عليك حقًا وإن لعينيك عليك حقًا وإن لزوجك عليك حقًا"[1] (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ١١٠- ١١١).

عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما أن النبي ﷺ قال "إذا دخلت ليلًا لا تدخل على أهلك حتى تستحد المغيبة وتتمشط الشعثة" (صحيح مسلم- الجزء الثالث – ص ١٠٦٣).

---

(١) والقصة وراء هذا الحديث هي كالتالي : في احدى الأيام والنبي يهم بدخول منزله شاهد بعض النسوة مع زوجته وبينهم واحدة لا تعتني بمظهرها فسألها عما يفعل زوجها فأخبرته «أنه يصوم نهاره ويقوم ليله» فلما قابلها النبي في اليوم التالي عقب حديثه مع زوجها لاحظ أنها قد تغيرت فسألها عن سبب التغير فأجابته بقولها "ما يحدث للناس حدث لنا". (ما يحدث بين الزوج وزوجته).

عن أبي هريرة ﷺ قال "كنت عند النبي ﷺ فأتاه رجل فأخبره أنه تزوج امرأة من الأنصار[1] فقال له رسول الله (ﷺ) أنظرت إليها قال لا قال فاذهب فانظر إليها فإن في أعين الأنصار شيئًا". (صحيح مسلم- الجزء الثاني- ص ٧١٧).

عن جابر ﷺ قال "كانت اليهود تقول إذا أتى الرجل امرأته من دبرها في قبلها كان الولد أحول فنزلت {نساؤكم حرث لكم فأتوا حرثكم أنى شئتم}. (صحيح مسلم- الجزء الثاني- صفحة ٧٣١).

عن أبي الدرداء ﷺ عن النبي ﷺ، "أنه أتى بامرأة مجح[2] على باب فسطاط فقال لعله يريد أن يلم بها فقالوا نعم. فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم لقد هممت أن ألعنه لعنة يدخل معه قبره كيف يورثه وهو لا يحل[3] له، كيف يستخدمه وهو لا يحل له" (صحيح مسلم- الجزء الثاني ص٧٣٥).

عن أبي هريرة ﷺ قال "قال رسول الله ﷺ لا تنكح الأيم حتى تستأمر ولا تنكح البكر حتى تستأذن قالوا يا رسول الله وكيف إذنها؟ قال أن تسكت". (صحيح مسلم- الجزء الثاني- صفحة ٧١٤).

عن أنس "أن نفرًا من أصحاب النبي ﷺ سألوا أزواج النبي ﷺ عن عمله في السر فقال بعضهم لا أتزوج النساء وقال بعضهم لا آكل اللحم

---

(١)الأنصار هم أهل المدينة عندما هاجر الرسول إليها.

(٢)المرأة التي قربت ولادتها.

(٣)إذا كان هذا الطفل ليس ابنه فإن من غير السائغ قانونًا أن يكون له وإذا كان ولده فإن من المفترض أن يحمل اسمه وأن يرث منه حيث أن الإسلام يحرم التبني.

وقال بعضهم لا أنام على فراش فحمد الله وأثنى عليه فقال ما بال أقوام قالوا كذا وكذا؟ ولكني أصلي وأنام وأصوم وأفطر وأتزوج النساء فمن رغب عن سنتي فليس مني". (صحيح مسلم- الجزء الثاني- ص ٧٠٣).

عن أبي هريرة ﷺ قال: "قال رسول الله ﷺ والذي نفسي بيده ما من رجل يدعو امرأته إلى فراشها فتأبى عليه إلا كان الذي في السماء ساخطًا عليها حتى يرضى عنها". (صحيح مسلم- الجزء الثاني- ص ٧٣٢).

عن أبي سعيد الخدري يقول "قال رسول الله ﷺ أن من أشر الناس عند الله منزلة يوم القيامة الرجل يفضي إلى امرأته وتفضي إليه ثم ينشر سرها". (صحيح مسلم- الجزء الثاني- ص ٧٣٢).

عن سعيد بن المسيب عن سعد بن أبي وقاص قال "رد رسول الله ﷺ على عثمان بن مظعون التبتل ولو أذن له لاختصينا". (صحيح مسلم- الجزء الثاني- صفحة ٧٠٤).

قال جابر: سمعت النبي ﷺ يقول "إذا أحدكم أعجبته المرأة فوقعت في قلبه فليعمد إلى امرأته فليواقعها فإن ذلك يرد ما في نفسه". (صحيح مسلم- الجزء الثاني- ص ٧٠٠).

عن عائشة قالت "ما رأيت امرأة أحب أن أكون في ملاحتها من سودة بنت زمعة من امرأة فيها حدة قالت فلما كبرت جعلت يومها من رسول الله ﷺ لعائشة فكان رسول الله ﷺ يقسم لعائشة يومين يومها ويوم سودة" (صحيح مسلم- الجزء الثاني – ص٧٤٧).

عن عائشة قالت "طلق رجل امرأته ثلاثًا فتزوجها رجل ثم طلقها قبل

أن يدخل بها فأراد زوجها الأول أن يتزوجها فسئل رسول الله صلى الله عليه وسلم عن ذلك فقال لا حتى يذوق الآخر من عسيلتها ما ذاق الأول" (صحيح مسلم– الجزء الثاني– ص٧٣٠).

الشرح والتفسير

يبين الإسلام بوضوح الخطوط الإرشادية العامة الشارحة للعلاقات الجنسية. وأخذًا من القرآن والسنة يمكننا أن نلخص هذه الإرشادات على النحو التالي :

١) الزواج هو الحالة المشروعة الوحيدة التي تبيح العلاقة الجنسية.

٢) المودة والرحمة هما الأساس في هذه العلاقة المبجلة.

٣) الزواج في الإسلام يتكون من طلب من أحد الأطراف وقبول الطرف الآخر وشهادة عدول (رجلان أو رجل وامرأتان).

٤) يجب أن يتم الجماع الجنسي عن طريق أعضاء التناسل.

٥) أولئك الذين لا يستطيعون الزواج عليهم بالصوم على فترات دورية.

٦) كل ما يحدث بين الزوج وزوجته يعد سرًا.

٧) على الرجال أن يمهدوا للجماع الجنسي.

٨) على كل من الزوج والزوجة الاعتناء بمظهرهما حتى يجذب الواحد منهما الآخر.

٩) على الرجال والنساء أن يبتعدوا عن كل ما هو محرم.

١٠) للرجال القادرين على الوفاء بمسئوليات الزواج ويرغبون في الزواج

من أكثر من امرأة الحق في أن يتزوجوا حتى أربعة نساء طالما أنهم يستطيعون العدل بين زوجاتهم وإن كان العدل أمر بالغ الصعوبة إذ يكاد يكون من المستحيل أن يحب الرجل كل واحدة منهن نفس القدر.

قصر الإسلام العلاقة الجنسية على الزواج فالزواج يعد حالة طبيعية مقبولة بالنسبة للرجال والنساء البالغين وهذا يعني أن أي علاقة جنسية خارج نطاق الزواج تعد محرمة. وفي إطار الزواج عددت الآية القرآنية الأولى المحرمات التي تحكم الزواج فهناك أوقات محددة لا يجوز للمسلم فيها أن يجامع زوجاته وهي خلال ساعات النهار من رمضان وخلال الحج وأثناء الحيض.

ولقد ذكرت العلاقة الجنسية في القرآن بصورة غاية في الوقار حيث وصفت علاقة الزواج بأنها علاقة المودة والرحمة وليست القسوة والاستعباد.

وفي حجة الوداع ألقى رسول الله ﷺ خطبة نصح فيها المسلمين بأن يداوموا على الصلاة وأن يحسنوا معاملة زوجاتهم.

وقد لا يستطيع بعض الرجال الزواج لعدم مقدرتهم على إعالة الزوجة وتحمل أعباء الزواج. وقد نصح الرسول هؤلاء بالصوم لتقليل الشهوة الجنسية لديهم.

ومما ذكر في الآية الثالثة "نساؤكم حرث لكم فأتوا حرثكم أنى شئتم" يتضح أن الجماع ينبغي أن يتم من خلال الأعضاء التناسلية وليس عن

طريق أجزاء أخرى كما في حالات الجنس عن طريق الفم. وكلمة حرث، مصطلح عربي واضح. ويشير الحرث إلى عملية الزراعة ولذا فإنه ليس هناك شك في الاتجاه الذي يفترض أن تتبعه الزراعة. وتعبير "أنى شئتم" يترك الباب مفتوحًا للأسلوب أو الصورة التي يرغب بها الزوجان.

وتعكس أقوال وأفعال النبي جميعها العلاقة الجنسية السوية بين الرجل والمرأة. فقد كان عظيمًا في معاملته لزوجاته وكان عادلًا في علاقته بهن. حرص على التسوية بينهن في كل شيء، وكان الشيء الوحيد الذي أقلقه (ﷺ) هو قدر ما أعطاه الكل واحد من حب. وكان يقول (صلوات الله وسلامه عليه) "اللهم هذا قسمي فيما أملك، فاغفر لي فيما تملك ولا أملك".

ويعتبر الإسلام الرجال قوامين على النساء ويرجع ذلك إلى الأعباء الكثيرة الملقاة على الرجال. فالرجل في الإسلام مسئول عن إعالة أسرته ماديًا ومعنويًا ومن أجل هذا كان على النساء للرجال الطاعة الكاملة. وفي الوقت ذاته ، على الرجال أن يحسنوا معاملة نسائهم طالما أن لهم الحكم والقوامة عليهن والاتهام الوحيد الذي يمكن أن ترمي به المرأة هي أنها لم تخلص لزوجها. ومن أجل هذا أعتبر الطلاق أبغض الحلال على الرغم من أنه قد يكون العلاج الوحيد لمثل هذه الحالات، والطلاق هو حق للرجل وفي الوقت ذاته فإن من حق الزوجة أن تطلب التطليق من الرجل تحت حالات حددتها الشريعة السمحة.

وقد سأل المسلمون الأوائل رجالًا ونساء النبي ﷺ عن العديد من التفصيلات الحسية المرتبطة بالحياة. وأعطاهم صلوات الله وسلامه عليه

تعاليمه بأسلوب وقور. ولقد نظر إلى الجنس كحقيقة من حقائق الحياة التي يجب أن تحترم وألا يخجل منها الإنسان. إن الرجال والنساء هم شركاء حياة وحجر الزاوية للمجتمع ورغم أن الرجل قيم على المرأة إلا أن النساء هن الأقوى في حقيقة الأمر. فالنساء أمهات وزوجات وأخوات. وإذا ما قدمت النساء القدوة الحسنة فإن العديد من المشاكل الاجتماعية سوف تصبح ممكنة الحل. وهذا لا يعني أن تصرف النساء هو العامل الوحيد لحل المشاكل الاجتماعية ولكن يعني أن له أثر بالغ القوة في هذا الصدد.

إن العلاقة بين الرجل والمرأة عبارة عن طريق ذي اتجاهين فكما أن الرجال مسئولون عن دعم النساء ماديًا ومعنويًا فالنساء مسئولات عن الاستخدام الجيد لمصادر الأسرة وعليهن واجب التبجيل والحب لأزواجهن وتربية الأطفال.

ولا شك أن الزواج بأكثر من واحدة زواج شرعي أفضل من أن يحيا الرجل حياة مزدوجة. ذلك أنه من الأفضل للمرأة أن تشارك في رجل علانية عن أن تشارك فيه خفية. ومن شأن المشاركة الشرعية أن تقلل من الضغوط النفسية التي قد ينتجها الإحساس بالذنب أو الخوف من الفضيحة، والمشاركة الشرعية كفيلة بأن تحمي مصير أطفال عديدين قد يأتون كثمرة لاتصال الرجل بأكثر من امرأة. والإسلام في الحقيقة يبيح للرجل أن يتزوج بأكثر من واحدة إذا لم تستطع زوجته الوفاء بتوقعاته ، كأن تكون عاجزة عن الإنجاب أو مريضة مرض مزمنة يمنعها من أن تقوم بما ينبغي أن تقوم به الزوجة. إن من الإنسانية المثلى في هذه الحالات أن يحتفظ الرجل بزوجته الأولى عن أن يطلقها خاصة إذا لم يكن في استطاعتها

أن تعول نفسها وكانت راغبة في البقاء في عصمته.

المناقشة

العلاقة بين الرجل والمرأة علاقة ضاربة في أعماق التاريخ. وعند أصحاب العقيدة بدأت هذه العلاقة منذ خلق آدم وخلقت من ضلعه حواء. وإذا كانت هناك فلسفة وحكمة وراء الكيفية التي تم بها الخلق، فان في استطاعتنا أن نشرح ذلك بطريقة واحدة. وهي أن آدم وهو الأساس أو العمود الأساسي، لا يستطيع أن يعيش وحيدًا وهذا هو السبب وراء خلق حواء. وما كان ليستعصي على الله "جلت قدرته" أن يخلق حواء أولًا إذا كان ذلك أفضل. ولكن نظرًا لأن آدم قد خلق أولًا فإن ذلك يعني أنه أساس الأسرة وأن المرأة هي المكملة لها. فالرجل والمرأة يصنعان التناسق والانسجام، وخلق حواء من ضلع آدم قد يكون فيه دلالة على مكانتها من حياة الرجل.

ويعد الجنس عاملًا بالغ الأهمية في حياة الإنسان وأن يحب ويحب من الجنس الآخر فذلك هو المفتاح السحري الذي يستطيع أن يعزز استقرار الفرد عقلية وعاطفية. إن الجنس هو دفعة من نشاط ينبغي أن نتناولها باحترام شديد وأن تمارس في إطار من إرشادات وشروط مناسبة.

إن الوضع الذي يشجعه الإسلام ويحث عليه هو الزواج. فبغير زواج قد يصبح الجنس كارثة. وبغير الزواج قد يصبح الجنس سبيلًا تستشري به الأمراض التناسلية والعلاقات الجنسية غير المعقولة قد تعني أطفالًا غير شرعيين. ومن الممكن أن تكون للجنس روعته إذا ما تم في إطار الزواج

ويمكن أن يكون شيئًا محطًا إذا ما تم خارج هذا الإطار. إن الزواج هو ارتباط بين الرجل والمرأة من أجل الحياة والمحبة والمشاركة والإسهام معًا في كل شيء.

وخلال العشرينات من هذا القرن أجريت سلسلة من الأبحاث حول السلوك الجنسي وقد أجرى "Kensey" أبحاثه في الفترة ١٩٣٨– ١٩٥٣ حول هذا السلوك. وبنشر هذه الدراسات أصبحت أبحاث الجنس أحد الموضوعات المطروحة على المستوى العام(١). وقد بني معظم هذه الدراسات على الآتي:

١) لجميع الأفراد حرية التصرف كما يشاؤون دون الإساءة إلى حرية الآخرين.

٢) طالما أن الخلافات لم تظهر على السطح ولم يحدث ما يسيء إلى المواءمة بين ما هو مفروض أن يحدث وما يحدث فعلًا، فليست هناك حاجة إلى أي تدخل من الخارج.

٣) والمعونة المتخصصة هي مساعدة الشخص على الوصول إلى مستوى مقبول من المواءمة.

ولما كان للضغوط البيئية الخارجية تأثيرها على الأجيال الجديدة، فإن على هذه الأجيال أن توائم بين الدين والثقافة والمجتمع. ويعد رفقاء الدراسة والتليفزيون والسينما في المصادر الرئيسية للضغوط البيئية الخارجية

---

(١)"Gagnon, J. H. Greenblat, C. S" أنماط الحياة والأفراد، الزواج وتكوين الأسرة صفحة ٢٨٥– ٢٨٦.

التي تؤثر على الفرد. وكلما اتسعت الفجوة بين الدين والثقافة والمجتمع كلما زادت شقة الخلاف الذي يعاني منه الصغار. أو كلما زادت صعوبة الحفاظ على التوازن المطلوب بين هذه العوامل.

إن الدفعة الجنسية هي دفعة جسدية ونفسية في الوقت ذاته. ولذا فإن ثمة فارق كبير بين ممارسة الجنس بين زوجين، وبين رجل وامرأة لا يجمعهما زواج.

لقد ناقش "O ' Connor" شعور الرجال والنساء الذين ناقشوا اتجاهاتهم النفسية تجاه من مارسوا الجنس معهم في اليوم التالي للممارسة.

إن تناول الإفطار في اليوم التالي يكون عادة شيئًا مربكًا.. فإن الناس لا يريدون أن يواجهوا بعضهم البعض أثناء تناول الطعام في الصباح. إنه من الحسن أن تمارس الجنس وأن تستيقظ صباح اليوم التالي لتجد أن من مارست معه الجنس قد رحل(١).

ولم يكن ذلك شعور كل من تم سؤالهم حول الموضوع ولكن أحدًا منهم لم يكن لديه شعور عكسي بنفس هذه الدرجة من القوة وبعبارة أخرى فإنه من غير الممكن أن نعقد مقارنة بين شعور زوجين وشعور اثنين لا يربطهما زواج إزاء هذه اللحظة التي ناقشناها آنفًا.

وبالنسبة للناس في الدول الإسلامية فإن الزواج يقدم نوعًا من الحماية كما أن الثقافة لها تأثيرها الضاغط على الصغار. لقد صعبت الثقافة

---

(١) "o, Connor, Rory, and Ryan, Michael" "آداب للجنس" في الجنس الإنساني في عالم اليوم صفحة ١٠٠.

الإسلامية على الصغار إطلاق رغباتهم الجسدية والروحية قبل الزواج. ولقاء الرجل بالمرأة على موعد أمر غير مسموح به، وكل من يجد السبيل إلى ذلك ينتظره شعور بالذنب. ولما كان المجتمع محكومة بنظام الأسرة فمن الطبيعي بالنسبة للصغار أن يمكثوا مع أبويهم حتى يتموا دراستهم الجامعية، وحتي يتم لهم الزواج. وبهذا التقليد الاجتماعي كان التوجيه الأبوي متاحًا للصغار. وأغلب الصغار يتقبلون المقاييس الأبوية التقليدية والدينية حول ممارسة الجنس قبل الزواج وانعدام التجربة مع الجنس الآخر قبل الزواج يعد أحد المرغبات في الزواج.

وبالنسبة للبلدان الإسلامية تعتبر التربية الجنسية أمر حيوية لحل المشاكل الاجتماعية التي قد تنشأ نتيجة للفهم الخاطئ تجاه الأفكار والمفاهيم الجنسية، وفي إمكاننا أن نتجنب الزيجات التعيسة وانهيار الحياة الزوجية والمفاهيم الجنسية الخاطئة ، إذا كانت التربية الجنسية جزء من المشورة الأسرية.

ويحترم الإسلام العلاقات الجنسية من أجل سلامة الصحة الذهنية للأفراد. وكان النبي ﷺ يرد على الأسئلة التي وجهت إليه بتقدير كامل وهذا هو ما ينبغي أن يكون عليه الأمر.

الملخص

إن الدفعة الجنسية شأنها شأن جميع الدوافع الجسدية. إنها حاجة جسدية يتم التحكم فيها عن طريق المخ. كما أن هناك عوامل أخرى يمكن أن تؤثر فيها، مثل القيم الخلقية والمفاهيم الدينية والمعايير الأسرية.

والناس كأفراد يختلفون فيما بينهم. فما يرضى أحدهم قد يكون أقل بكثير بالنسبة للآخرين. وعن طريق غرس القيم الدينية والخلقية في أذهان الصغار وشغلهم بالرياضة والأنشطة البدنية والذهنية، يمكننا أن نعاونهم على تقليل حاجاتهم ومشاعرهم الجنسية إلى أدنى قدر ممكن. لقد حث الإسلام المسلمين على الزواج متى استطاعوا أن يتحملوا تبعاته، لأن الإسلام يعتبر أن للصحة التامة وتحقيق صالح الأفراد والمجتمع، قيمة كبرى. وعندما قال الرسول ﷺ "ومن لم يستطع منكم فعليه بالصوم فإنه له وجاء". فهذه حقيقة، ذلك أن نزعة الجنس كالنزعات الجسدية يتحكم فيها العقل ومن شأن الصوم وهو عمل جسدي مقرون بقيم دينية أن يعاون في تقليل الإحساس بالجنس. إن البيئة هي التي تثير الأفراد وهي التي تدفعهم إلى تغيير قيمتهم الخلقية.

٣- الحيض

سأل المسلمون الأوائل عن المحيض. وتجرى الآيات القرآنية والأحاديث التي رويت عن الرسول ﷺ في هذا الصدد، على النحو التالي:

{ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ ۖ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ} (سورة البقرة الآية ٢٢٢).

{ وَالَّذِينَ يُتَوَفَّوْنَ مِنكُمْ وَيَذَرُونَ أَزْوَاجًا يَتَرَبَّصْنَ بِأَنفُسِهِنَّ أَرْبَعَةَ أَشْهُرٍ وَعَشْرًا ۖ فَإِذَا بَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيمَا فَعَلْنَ فِي أَنفُسِهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ} (سورة البقرة: الآية ٢٣٤).

{ وَاللَّائِي يَئِسْنَ مِنَ الْمَحِيضِ مِن نِّسَائِكُمْ إِنِ ارْتَبْتُمْ فَعِدَّتُهُنَّ ثَلَاثَةُ أَشْهُرٍ وَاللَّائِي لَمْ يَحِضْنَ ۚ وَأُولَاتُ الْأَحْمَالِ أَجَلُهُنَّ أَن يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ ۚ وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا} (سورة الطلاق: الآية ٤).

وفي الحديث ورد:

حدثنا ثابت عن أنس "أن اليهود كانوا إذا حاضت المرأة فيهم لم يؤاكلوها ولم يجامعوهن في البيوت فسأل أصحاب النبي ﷺ النبي فأنزل الله تعالى : ويسألونك عن المحيض قل هو أذى فاعتزلوا النساء في المحيض، إلى آخر الآية. فقال رسول الله ﷺ أصنعوا كل شيء إلا النكاح، فبلغ ذلك اليهود فقالوا ما يريد هذا الرجل أن يدع من أمرنا شيئًا إلا خالفنا فيه فجاء أسيد بن حضير وعباد بن بشر فقالا يا رسول الله، إن اليهود تقول كذا وكذا أفلا نجامعهن فتغير وجه رسول الله ﷺ حتى ظننا أنه قد وجد عليهما[1] فخرجا فاستقبلهما هدية من لبن إلى النبي ﷺ فأرسل في آثارهما فسقاهما فعرفا أن لم يجد عليهما" (صحيح مسلم- الجزء الأول ص ١٧٦- ١٧٧).

عن عائشة ﵂ قالت "كان إحدانا إذا كانت حائضة أمرها رسول الله ﷺ أن تأتزر في فور حيضها ثم يباشرها قالت وأيكم يملك إربه كما كان رسول الله ﷺ". (صحيح مسلم- الجزء الأول ص ١٧٣).

عن الأسود عن عائشة ﵂ قالت "كنت أغسل رأس رسول الله صلى

(١)لأن الصحابيين كانا يظنان ما فعلا صحيحًا (هذا الشرح جاء في صحيح مسلم- الجزء الأول- ص١٧٥).

الله عليه وسلم وأنا حائض" (صحيح مسلم- الجزء الأول – ص ١٧٤).

عن عائشة "قالت أمرني رسول الله ﷺ أن أناوله الخمرة من المسجد فقلت إني حائض فقال تناوليها فإن الحيضة ليست في يدك" (صحيح مسلم- الجزء الأول – ص ١٧٥).

عن عائشة ﵂ قالت "جاءت فاطمة بنت أبي حبيش إلى النبي ﷺ فقالت يا رسول الله إني امرأة استحاض فلا أطهر فأدع الصلاة فقال لا إنما ذلك عرق وليس بالحيضة فإذا أقبلت الحيضة فدعي الصلاة وإذا أدبرت فاغسلي عنك الدم وصلي" (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص١٨٣).

الشرح والتفسير

جاء ذكر الحيض في القرآن الكريم ردًا على تساؤلات صحابة رسول الله ﷺ وأخذ من القرآن والسنة فإن الحيض هو:

١) ظاهرة طبيعية.

٢) فترة أذي وعدم طهارة بالنسبة للمرأة.

ولذا فإن الجماع مع المرأة الحائض يعد أمرًا محرمًا.

٣) دليل على أن المرأة غير حامل.

وقد لوحظ في حالات بعض النساء أن نزول بعض الدم من المرأة في وقت الحيض لا يعني أنها غير حامل. ولهذا السبب يلزم أن تنقضي فترة أربعة أشهر وعشرة أيام (وهي الفترة التي يبدأ بعدها الجنين في التحرك للتأكد من أن المرأة حامل أم لا.

٤) هناك فارق مميز بين الحيض والنزيف.

٥) أظهر الرسول ﷺ حبه لزوجاته خلال فترة حيضهن دون إرهاق جنسي.

المناقشة

كان الحيض ومازال محلًا للجدل والمناقشة. إن له أثره على الرجال والنساء على حد سواء. وفي نفس الوقت إن إدراك الأفراد وأفكارهم حول الحيض يمكن أن تتأثر بعوامل أخرى مثل الدين والثقافة والتربية.

ارتبط الحيض تاريخيًا بأنواع عديدة من المحظورات. وقد بحث "**Delaney**"[١] وأخرون هذه المعتقدات حول الحيض والتي انعكست آثارها على السلوك الإنساني. وقد وجد التحريم لحماية الإنسان من الخطر. وهذا التحريم من شأنه أن يحمي الأفراد من شرور أنفسهم وأن يحمي المجتمع من شرور الأفراد. ولقد كان الخوف من الدم والدنس واحترام المرأة الحائض والخوف منها، من المحظورات الأساسية منذ عصر الرومان وحتى وقتنا الحاضر. ولا يوجد دليل مباشر فيما كتب عن علم الأجناس حول المحظورات الخاصة بالحيض. لقد كانت هذه المعتقدات من قبيل الأشياء التي آمن بها الرجال وأكدوها وربطوا بين هذه الظاهرة وغيرها من الظواهر الطبيعية مثل اختفاء القمر والفصول وغيرها من الظواهر الطبيعية. واختلفت الصورة من ثقافة إلى أخرى ففي بعض الثقافات هناك اعتقاد أن

---

(١)اللعنة ثقافة تاريخية عن الحيض ص ٥- ١٣

"Daleney, Janice, Lupton, M.J, and Toth, Emily"

الحيض يمثل تهديدًا لرجولة الشباب، واعتقد آخرون أن الحيض شفاء من الجذام وتضخم الغدة الدرقية والديدان وأمراض أخرى[١].

وقد ذكر"Delaney" وآخرون أنه في العديد من المجتمعات البدائية كانت المرأة الحائض تعزل عن الحياة العادية للقبيلة لمدة أربعة إلى خمسة أيام في كل شهر فلا تستطيع زراعة ولا حصادًا ولاطهيًا ولا مشاركة لزوجها[٢].

ولم يعكس أي من أقوال وأفعال النبي ﷺ مثل هذه المعتقدات. فقد كان ﷺ يعايش زوجاته بطريقة طبيعية فيما عدا الجماع أثناء فترة الحيض. وتضمنت الآية الأولى أمرًا صريحًا للمسلمين بعدم إتيان الزوجة وهي حائض وهذا ما كان يفعله ﷺ ولقد التبس الأمر على المسلمين الأول لما رأوه من معاملة غير المسلمين لزوجاتهم أثناء فترة الحيض، والحديث الأول الذي ذكرناه يعكس تلك الحيرة وهذا اللبس ورد فعل رسول الله ﷺ إزاء ذلك.

ويؤكد الإسلام على القواعد التي تحدد الاتجاهات وأنماط السلوك تجاه المرأة الحائض. ومن وجهة النظر الإسلامية تعتبر فترة الحيض فترة أذي وعدم تطهر بالنسبة للمرأة يحرم الجماع خلال هذه الفترة. ويتحتم على المرأة أن تنظف فرجها كجزء من اغتسالها بعد الحيض وقبل ممارسة الاتصال الجنسي.

وتتعرض المرأة قبل الحيض مباشرة وفي أثنائه لاضطرابات جسمانية

---

(١)المرجع السابق صفحة ٧.

(٢)المرجع السابق صفحة٨.

ونفسية. وقد توصل "Polhemus"[1] من ذلك إلى :

١) إن النساء بصفة عامة أسرع إلى الإرهاق وأنهن عرضة للتقلبات العاطفية خلال فترة الحيض.

٢) أنه من الممكن أن يقمن بالأعمال الذهنية بنفس القدر من النجاح خلال فترة الحيض ولكن ذلك يستلزم جهدة أكبر ويكون مصحوبًا بإجهاد عصبي.

٣) ينخفض معدل النبض القاعدي ويصبح أكثر انتظامًا خلال فترة الحيض.

٤) أنه ببذل ذات القدر من التحرك فإن التغيير في ضغط الدم يبدو في فترة الحيض أكبر قليلًا عنه في الفترة ما بين الحيضتين. ويكون التغير في معدل النبض بين الفترتين طفيفًا للغاية بحيث لا يمكن تمييزه.

٥) إن ضغط الدم ومعدل النبض يعودان إلى الحالة الطبيعية بعد إجراء بعض النشاط أثناء الحيض أبطأ منه في الفترة ما بين الحيضتين. ومن المحتمل أن تقل كفاءة الجهاز الوعائي القلبي أثناء بذل المرأة الحائض لبعض الجهد، وهناك أسباب فسيولوجية حقيقية للإجهاد الذي تعاني منه المرأة الحائض.

وتعاني النساء من أعراض جسدية شائعة خلال فترة الحيض منها زيادة الوزن (نتيجة لتراكم الماء في الأنسجة) وتضخم في الثديين والبطن والإمساك وآلام في الظهر... الخ.

---

(١)"تأثير الحيض على كفاءة القلب والأوعية" صفحة ٢٥-٢٦ Polhemus.

ومن الناحية النفسية، فإن النساء يصبحن أكثر عصبية نظرًا لانخفاض إفراز الأستروجين وفي نفس الوقت فإن الزيادة في إفراز البروجسترون يكون بمثابة العاصفة التي تسبق الصفاء وهي الأعراض التي تسبق الطمث كما سماها "Delaney" فيما ذكر من أنه يعتقد أن:

الأعراض التي تسبق الحيض تتعرض لها كل النساء بدرجات متفاوتة وهي أعراض حقيقية وليست وهمية، ومع ذلك فنحن لا نعتقد أن تلك الأعراض كما حاول البعض أن يثبتوا، تعد مرض أو حالة عصبية. إنها ظاهرة واسعة الانتشار لدرجة أن عدم ظهورها في الفترة التي تسبق الطمث يعد في الواقع أمرًا غير طبيعي(١).

وتحدث تلك التغيرات البيولوجية قبل الحيض وتؤثر على النساء أثناء الدورة الشهرية. وأكثر الأعراض انتشارًا هو الشعور بالتوتر وسرعة الانفعال والاكتئاب وعدم صفاء الذهن. ويعتقد العديد من الأطباء النفسيين أن الأعراض التي تسبق فترة الطمث هي في الأساس أسباب نفسية وليست عضوية.

وسواء أكان ما يحدث حقيقة هو تغيرات بيولوجية أو انعكاسات لعوامل أخرى مثل الدين والثقافة ، كما يظن البعض من الأطباء النفسيين، فإنه من الصعب الجزم بأيها هي الأسباب وأيها هي الآثار.

ومنذ الثلاثينات من هذا القرن- العشرين- كان هناك مزيد من البحث عن الحيض في كثير من فروع المعرفة. وركزت بعض الأبحاث على

---

(١)"ديلانى" وآخرين ص ٧٣ "Delaney, Janice and Othets".

الحيض وفترة رد الفعل والذي قد يؤثر في احتمالات وقوع الحوادث. وقد لوحظ أثناء فترة الحيض إن الاكتئاب والتوتر لدى بعض النساء اللاتي يعانين من اضطراب عصبي قد يؤديان إلى القتل أو الانتحار. وأشارت بعض الأبحاث إلى إمكانية حدوث جرائم القتل أو الانتحار بالنسبة للنساء المضطربات عقلية في الفترة التي تسبق الحيض أو خلال الحيض. وقد اعتبر "**Delaney**" أن هذا يتضمن تفرقة ظالمة ضد المرأة، إذ أن هناك عوامل أخرى تتداخل في هذه الدراسة مثل البيئة والطقس... الخ.

ويحرم الإسلام الجماع أثناء فترة الحيض، وقد بني هذا التحريم على افتراض أن الطمث هو نوع من الأذى الذي قد يسبب ضررًا، وينطبق هذا الافتراض على الذكور والإناث على حد سواء. ويعتقد البعض أن رفض الجماع أثناء فترة الطمث قد يسبب نوع من الشعور بالإحباط. فلقد ذكر"**Paige** ":

أن معظم اليهود والكاثوليك مثلًا، يقولون أنهم لا يمارسون الجنس على الإطلاق أثناء فترة الحيض إذا ما قورنوا بأقل من نصف (البروتستانت) بقليل. وقد لوحظ أن البروتستانت لا يشعرون بتغير في الإحساس بالقلق بين فترات ما بين الدورة الشهرية والفترة التي تسبقها، بينما لوحظ أن مثل هذا التغير المفاجئ في القلق يحدث لدى الكاثوليك قبل حدوث الحيض. بينما قد يعاني اليهود كما ذكر «**Portnoy**» بصورة موحدة من القلق طوال الشهر[1].

وبعيدًا عن الجماع فإن فترة ما قبل الطمث قد تتأثر بالعديد من

---

(1)"النساء يتعلمن أغاني الحيض الحزينة" علم النفس اليوم ص ٧- ٤٣ سبتمبر ١٩٧٣ "K.E Paige".

العوامل مثل الانخراط في أنشطة بدنية، أو عدم وجود أية أمراض في الرحم والاختلافات البيولوجية بين الأفراد. وقد يمارس البعض الجماع أثناء الحيض كوسيلة لتحديد النسل. وقد يكون ذلك عذرًا لكثير من النساء.

الملخص

تعاني النساء من آلام بدنية ونفسية قبل وأثناء فترة الحيض. والرغبة الجنسية في الإنسان ليست رغبة جسدية محضة. وإنما هي مزيج من الرغبات الجسدية والنفسية والعاطفية وإشباع هذه الرغبات يعني أكثر من الجماع وعلى الرجل أن يدرك ما تعانيه المرأة خلال فترة الحيض، فحب الرجل وحنانه شيء مطلوب خلال فترة الحيض. وهناك العديد من الوسائل التي يمكن عن طريقها إظهار تلك المشاعر. إن النساء يرغبن في ألا يعاملن على أنهن مجرد أشياء خلقت للجنس.

وطالما أنه من غير الواضح علمية معرفة ما إذا كان الجماع أثناء فترة الحيض ضارًا أو غير ضار، فسوف يبقى الأمر أمر عقيدة وسلوك.

٤- الشذوذ الجنسي

عرف الشذوذ الجنسي منذ بدء التاريخ. ولقد روى لنا القرآن الكريم ما كانت عليه ممارسة الشذوذ الجنسي منذ عهد "لوط" وفيما يلي التعاليم الإسلامية التي تناولت موضوع الشذوذ الجنسي:

{ وَجَاءَهُ قَوْمُهُ يُهْرَعُونَ إِلَيْهِ وَمِن قَبْلُ كَانُوا يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ ۚ قَالَ يَا قَوْمِ هَٰؤُلَاءِ بَنَاتِي هُنَّ أَطْهَرُ لَكُمْ ۖ فَاتَّقُوا اللَّهَ وَلَا تُخْزُونِ فِي ضَيْفِي ۖ أَلَيْسَ مِنكُمْ رَجُلٌ رَّشِيدٌ(٧٨) قَالُوا لَقَدْ عَلِمْتَ مَا لَنَا فِي بَنَاتِكَ مِنْ حَقٍّ وَإِنَّكَ

لَتَعْلَمُ مَا نُرِيدُ} (سورة هود: الآية ٧٨، ٧٩).

{وَلُوطًا آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْقَرْيَةِ الَّتِي كَانَت تَّعْمَلُ الْخَبَائِثَ ۗ إِنَّهُمْ كَانُوا قَوْمَ سَوْءٍ فَاسِقِينَ} (سورة الأنبياء: الآية ٧٤).

{وَلَقَدْ رَاوَدُوهُ عَن ضَيْفِهِ فَطَمَسْنَا أَعْيُنَهُمْ فَذُوقُوا عَذَابِي وَنُذُرِ} (سورة القمر: آية ٣٧).

{أَتَأْتُونَ ٱلذُّكْرَانَ مِنَ ٱلْعَٰلَمِينَ (١٦٥) وَتَذَرُونَ مَا خَلَقَ لَكُمْ رَبُّكُم مِّنْ أَزْوَاجِكُم ۚ بَلْ أَنتُمْ قَوْمٌ عَادُونَ} (سورة الشعراء: الآية ١٦٥، ١٦٦).

{وَلُوطًا إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ أَتَأْتُونَ الْفَاحِشَةَ مَا سَبَقَكُمْ بِهَا مِنْ أَحَدٍ مِّن الْعَالَمِينَ* إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِّن دُونِ النِّسَآءِ بَلْ أَنتُمْ قَوْمٌ مُّسْرِفُونَ} (سورة الأعراف: الآية ٨٠ ,٨١).

"عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: لعن النبي ﷺ المخنثين من الرجال والمترجلات من النساء وقال: أخرجوهم من بيوتكم وأخرج فلانًا وأخرج فلانًا" (صحيح البخاري– الجزء الثالث– ص ٥٤٥).

عن عبد الرحمن بن أبي سعيد الخدري عن أبيه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال "لا ينظر الرجل إلى عورة الرجل ولا المرأة إلى عورة المرأة ولا يفضي الرجل إلى الرجل في ثوب واحد ولا المرأة إلى المرأة في الثوب الواحد" (صحيح مسلم– الجزء الأول– ص ١٩٢).

الشرح والتفسير

جميع التعاليم التي جاء ذكرها في القرآن تناولت الشذوذ الجنسي بين الرجال فقط. وكل التعاليم التي أشارت إليها السنة تشير إلى الشذوذ

الجنسي بين الرجال والنساء على حد سواء.

والإسلام يحرم الشذوذ الجنسي لكونه مخالفة للفطرة السليمة. كما أن الشذوذ الجنسي يمنع استمرار النسل للأجيال القادمة. وقد اتفق المسلمون الأوائل على ضرورة عقاب ممارسي الشذوذ، ولكن هناك ثلاثة آراء فيما يتعلق بالعقاب[1].

الرأي الأول: يرى أن يعدم الطرفان اللذان مارسا الشذوذ الجنسي. ويؤيد هذا الرأي قول الرسول ﷺ (ما معناه) "أيهما وجدتموه يفعل فعل قوم لوط، فاقتلوا من فعل ومن يفعل به".

ويتجه الرأي الثاني: إلى أن يعامل اللواط معاملة الزنا بمعنى:

أ) أن يرجم المتزوج حتى الموت.

ب) وأن يجلد الأعزب ويطرد خارج المدينة. ويبني هذا الرأي على قول الرسول "إذا أتى الرجل الرجل فهما زانيان".

ويرى الرأي الثالث: أنه ليس كالزنا، ولكن العقاب عليه مطلوب إذ أن الإتيان بهذا الفعل أمر يستحق العقاب، لأنه عمل غير صحي للأفراد والمجتمع والشذوذ الجنسي فعل ضد الطبيعة التي خلق عليها الإنسان.

وهذا الرأي يترك للحاكم مسئولية تحديد العقوبة.

وقد سعى الحكام المسلمون لإيجاد الحلول لمشاكل الأفراد التي لم يأت ذكرها في القرآن والسنة، وللتوصل إلى حكم مبني على مواقف مماثلة.

---

(١)السيد، سابق ، فقه السنة صفحة ٤٣٣- ٤٣٤.

فعلى سبيل المثال مت العادة السرية، طالما أن الزوجة في متناول زوجها، ولكن إذا لم تكن هناك زوجة، فإن ممارسة العادة السرية قد تكون مسموح بها إذا كانت هي الخيار الوحيد أمام الرجل. وفي مثل هذه الحالة فإن ممارسته للعادة السرية إنما يقصد بها تخفيف الضغط النفسي وليس الحصول على المتعة. ورغم هذا فإنها ليست بالفعل المفضل. وهذا الحكم ينطبق على الرجال والنساء على حد سواء.

المناقشة

لسبب أو لآخر يميل بعض الأفراد للتصرف وكأنهم ينتمون للجنس الآخر وقد حاول العديد من الباحثين أن يحصروا الأسباب التي تؤدي إلى حدوث هذه الظاهرة. وأوضح "**Green**"[1] أن السبب يكون نتيجة المدخلات الهرمونية أو الاضطرابات التشريحية أو التأثيرات البيئية.

وقام بعض الباحثين بدراسة الأسس البيولوجية التي تؤدي إلى التصرفات الجنسية الشاذة، ومع ذلك فإنهم لم يتوصلوا إلى سبب عضوي محدد، يجمع بين الاضطرابات الهرمونية للغدد، والبنية التشريحية، والسلوك الجنسي[2].

ولقد بني هؤلاء الباحثون أبحاثهم على حقيقة أن الأجنة المذكرة أو المؤنثة تنمو تحت تأثير هرمونات الأم المؤنثة. كما تنمو الأجنة المذكرة تحت تأثير الهرمونات الذكرية للغدد الجنسية الخاصة بها (الخصيتان). وقد يكون

---

(١)"بحث الأطفال عن ذاتيتهم الجنسية" "علم نفس اليوم" Green Richard المقالة السابعة ص ٤٥ إلى ٥١ عدد فبراير ١٩٧٤.

(٢) المرجع السابق صفحة ٤٦.

للوسط الهرموني تأثير على تطور الجهاز العصبي المركزي للأجنة المذكرة. وإذا حدث ما يقطع هذا التأثير الهرموني فإن من شأن ذلك أن يؤثر على السلوك الجنسي[1].

وهذا يعني أن الأجنة المؤنثة إذا لم تتلق قدرة كافية من الهرمونات المؤنثة قبل الولادة، فقد تصبح في تصرفاتها شبيهة بالرجال والعكس صحيح. ويعد العلاج بالهرمونات ناجحة في مثل هذه الحالات إذا ما اكتشفت الحالة في مراحل مبكرة من النمو. وقد يقدم التعرف المبكر على التصرفات غير الملائمة من الوجهة الجنسية مفتاح الحل لغز الأطفال الذين يعانون من اضطراب هرموني. وقد يؤدي العلاج الكيمائي إلى تفجير مزيد من السلوك الجنسي الملائم المتمم لجنس الطفل من الوجهة التشريحية.

وإذا كانت الصعوبة ناجمة عن اضطراب تشريحي (كما في حالات الأطفال ذوي الكروموسومات والغدد الجنسية، التي تنتج كمية كبيرة من الهرمونات المذكرة فينتج عنها شذوذ في الأعضاء التناسلية الخارجية) فإنه يمكن التأثير الضغط البيئي الدائم التغلب على الاضطراب الذي أحاط بالشخصية الجنسية.

وللبيئة تأثيرها على الأطفال كما ثبت من الدراسات التي أجريت حول تأثير الأسرة على الأطفال. وقد فرقت هذه الدراسة بين من تم تغيير جنسهم والشواذ جنسية، إذ أن من يتم تحولهم من جنس إلى آخر من ذكر إلى أنثى، هو ذكر من الناحية البيولوجية ولكنه يعتقد في نفسه أنه امرأة

---

(1) المرجع السابق صفحة ٤٦.

تشتهي أفراد الجنس الآخر من الرجال[1]. ولكن الرجال الشواذ جنسيًا، يشعرون أنهم رجال ولكنهم ينجذبون إلى رجال من جنسهم[2].

وتشير بعض هذه الدراسات إلى تأثير الأسرة والبيئة المحيطة بالطفل على السلوك الجنسي المبكر. وفقدان الدور الصحيح للجنس، قد يؤثر على النمو الجنسي.

وقد أشار المحللون النفسيون المتتبعون لأفكار "فرويد" إلى الصراعات العويصة، كعامل محتمل فيما يتعلق بالشذوذ الجنسي.

وأوضحت الأبحاث الأكثر جدة، أن أحد الوالدين سواء كان الأب أم الأم يستطيع أن يعوض غياب النموذج الذي يلعب الدور الجنسي المماثل لجنس الطفل، وذلك من خلال اتصالهم وتعاملهم مع الأطفال، وهذا التعويض من شأنه أن يوازي الاتجاهات المحتملة للشذوذ، في المراحل الأولى للنمو الجنسي.

وتأثير الشذوذ الجنسي على الصحة من أهم النقاط التي سنتناولها بالمناقشة. فبالنسبة للرجل الشاذ جنسية ، هو عمل غير صحي، إذ أن منطقة الايلاج ليست هي المنطقة الصحيحة لمثل هذا العمل، ومن الممكن أن ينتشر الكثير من الأمراض المعدية نتيجة ممارسة الجنس عن طريق الشرج أو الفم. ومن الممكن أيضا أن ينتج عن ذلك تلف في عضلة المستقيم بالإضافة إلى الأمراض السرية. إن وظيفة الجهاز الهضمي معروفة، وقد جاء تركيبه

---

(1) المرجع السابق صفحة ٤٦.

(2) المرجع السابق صفحة ٤٦.

التشريحي بحيث يتلاءم مع هذه الوظيفة وحدها لا أكثر من ذلك.

ومن الناحية النفسية فإن الشعور بالخجل والذنب يبقيان بصرف النظر عن تقبل الفرد والمجتمع للشذوذ الجنسي. إن الأفراد الشاذين جنسيا يفتقرون إلى الإحساس الطبيعي الذي يدفعهم إلى السعي لكسب قبول المجتمع لهم. وحتى هذا القبول من جانب المجتمع، قد لا يعطيهم ما هم في حاجة إليه من إحساس بأنهم طبيعيون طالما أن المجتمع ماض في تقديم النموذج الصحيح للممارسة الجنسية في صورتها الطبيعية. إن الشذوذ الجنسي في صورته المطلقة، يستبعد إمكانية أن يكون للفرد ولد ينتمي إليه، وقد يزيد من الشعور بعدم الرضا والإحساس بعدم الاكتمال.

ومن أجل صالح المجتمع فإنه لا يمكن لهؤلاء الشواذ جنسية أن يكونوا هم القدوة والمثل للأجيال القادمة. وعلى الوالدين– ومن حقهم– أن ينشئوا أبنائهم على النهج الصحيح. إن هذا ليس حقًا ولكنه مسئولية ضخمة.

وينبغي أن تلقن التربية الجنسية على كل مستويات الهرم التربوي في كل المجتمعات. ويجب أن تقوم هذه التربية على الافتراض المنطقي بأن الشذوذ الجنسي هو سلوك جنسي غير طبيعي من الممكن علاجه ومثله مثل كل أنماط السلوك المعوج، من حق الناس أن يفهموا كيف يمكنهم التغلب عليه والتحكم فيه.

إن الإنسان هو المخلوق الوحيد الذي يملك القدرة على التحكم في نفسه إذا تعلم كيف يفعل ذلك.

ويمكن للدين أن يكون وسيلة دفاع قوية تستطيع أن توجه الفرد تجاه

السلوك الجنسي في صورته الطبيعية.

وقد قام معهد الأبحاث الجنسية التابع لجامعة "أنديانا" بدراسة عن "السلوك الجنسي لأنثى الإنسان".

لما كانت العادة السرية (الاستمناء باليد) موضع الإدانة البالغة في تعاليم العقيدة اليهودية، وكذلك الكاثوليكية وبعض تعاليم البروتستنت فإنه ليس بمستغرب أن نجد، في حالة الأنثى كما في حالة الرجل أن التمسك بالإيمان المستند إلى الدين، قد يقلل من صور ممارسة العادة السرية[١].

رسم الدين الإسلامي الخطوط الخاصة بالممارسة الجنسية. وحرم الشذوذ الجنسي. لقد ذكرنا من قبل أن الممارسة الجنسية التي يقبلها الإسلام، هي تلك التي تتم في إطار الزواج. إنها مسئولية الآباء والأمهات، أن يوجهوا أطفالهم تجاه ما أعدتهم الطبيعة له. ويجب أن نهتم اهتمامًا كبيرة بأي سلوك شاذ وينبغي العمل على تنمية الأنماط الجنسية منذ الطفولة الأولى، شأنها شأن غيرها من الأنماط. وعلى الآباء والأمهات أن يقدموا القدوة الحسنة لأطفالهم.

وإذا استطاع الإنسان عن طريق ضبط النفس أن يحقق هذه الأهداف فإن النجاح سوف يكون الثمرة التي يجنيها.

الملخص

تعد التربية الجنسية في الإسلام بمثابة حجر الزاوية من أجل تحقيق صالح الفرد والمجتمع، على الرغم من أن كثير من الدول الإسلامية لا

---

(١) Kinsey, A. C وآخرون "السلوك الجنسي لأنثى الإنسان" ص ١٥٤.

تدرس التربية الجنسية. إن القرآن والسنة النبوية لم يغفلا هذا الموضوع على الإطلاق. ولو كان من الواجب إغفاله فكيف نفسر إجابة الرسول عليه الصلاة والسلام عن كل سؤال أثير حول هذا الموضوع من ذكر أو أنثى. وكإنسان فإنه ينبغي أن يلقن التربية الجنسية بوصف أنها عامل رئيسي بالنسبة لوجود الفرد ذاته.

لقد عني الإسلام عناية كبرى بتطور الإنسان وتوالده، ورسم الحدود للأنشطة الجنسية، وما محترم منها. وتقف وجهة النظر الإسلامية موقف المعارضة والرفض من أي ممارسة جنسية أخرى خارج إطار الزواج. بينما يدعم الإسلام وسائل الدفاع النفسية لدى الإنسان ضد السلوك الجنسي الشاذ.

إن على المسلمين أن يعلموا أولادهم كيف يوجهون أنفسهم نحو السلوك القويم وأن يقدموا لهم البدائل التي يستطيعون عن طريقها معالجة مثل هذه المشكلات.

إنها مسئولية المربين الصحيين والقادة الدينيين، أن يرشدوا وأن يوجهوا الأجيال المسلمة إلى ما ينبغي أن يعرفوه مما لا يتعارض أو يخالف تعاليمهم الإسلامية، طالما أن هذه التعاليم تهيئ المناخ الصحي للأفراد والمجتمع.

الفصل الرابع

الكحوليات والمخدرات والتبغ

١- الكحوليات

عرفت الكحوليات منذ آلاف السنين. فمن بدء ما سجل من التاريخ وقف الناس على تأثير الكحوليات من خلال الملاحظة دون الإلمام العلمي بالتغيرات الجسمانية والسيكولوجية التي تحدث عند تعاطيها. وقد أجريت مؤخراً أبحاث عن تأثير الكحوليات على الإنسان، ليس من الناحية الجسمية والنفسية فحسب، بل أيضاً من الناحية الاجتماعية والاقتصادية.

التعريف بالتعاليم الإسلامية

يحرم القرآن شرب الخمر. وقبل إجراء الأبحاث العلمية، كان الأمر مجرد تعاليم دينية ينبغي أن تؤخذ مأخذ التسليم والإيمان بها. ولكن ما توصل إليه العلم وكشفت عنه التكنولوجيا، قد أظهر النطاق الواسع لتأثير الخمور.

لقد نزلت الآيات التالية على رسول الله ﷺ في القرآن الكريم وفق الترتيب التالي:

{يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا وَيَسْأَلُونَكَ مَاذَا يُنْفِقُونَ قُلِ الْعَفْوَ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ} (سورة البقرة، آية ٢١٩)

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ} (سورة النساء، ٤٣)

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (٩٠) إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ (٩١) وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَاحْذَرُوا فَإِنْ تَوَلَّيْتُمْ فَاعْلَمُوا أَنَّمَا عَلَى رَسُولِنَا الْبَلَاغُ الْمُبِينُ} (سورة المائدة، ٩٠، ٩١، ٩٢)

ورويت عن النبي ﷺ الأحاديث التالية[(١)]:

قال أبو هريرة "إن النبي ﷺ" أوتي– ليلة أسري به بايلياء– بقدحين من خمر ولبن، فنظر إليهما فأخذ اللبن، فقال له جبريل عليه السلام: الحمد لله الذي هداك للفطرة، لو أخذت الخمر غوت أمتك" (صحيح مسلم– الجزء الثالث– صفحة ١١١٢).

عن عائشة رضي الله عنها قال رسول الله ﷺ كل شراب أسكر فهو حرام" (صحيح البخاري– الجزء الأول– صفحة ١٥٣).

عن وائل الحضرمي "أن طارق بن سويد الجعفي سأل النبي صلى الله عليه وسلم عن الخمر فنهاه أو كره أن يصنعها فقال إنما أصنعها للدواء فقال إنه ليس بدواء ولكنه داء" (صحيح مسلم– الجزء الثالث– ص ١٠٩٩).

---

(١) وينظر تفصيل هذه الأحكام في كتاب (الأشربة) للإمام أحمد بن حنبل، تحقيق السيد/ صبحي السامرائي، ص/٢٠ وشرح السنة للبغوي ٣٤٩/١١ (رقم ٣٠٠٨).

الشرح والتفسير

١) تناولت الآيات الثلاث تحريم الخمر. ومنها نرى أن تحريم الخمر لم يأت طفرة فالآية الأولى تعكس رداً لرسول الله ﷺ على سؤال المسلمين الأوائل حول هذا الموضوع في سنوات الإسلام الأولى. وفي هذا الوقت لم تكن الخمر محرمة والرد يشرح الفوائد والمضار للخمر من الوجهة الاقتصادية دون التعرض لتأثير الخمر على صحة الأفراد.

٢) ونزلت الآية الثانية بعد أن صلى أحد المسلمين وهو مخمور وأخطأ وهو يتلو بعض آيات القرآن أثناء الصلاة. وعقب نزول هذه الآية امتنع المسلمون عن شرب الخمر طوال النهار وبذلك تحدد وقت الشرب بالوقت الذي يعقب صلاة العشاء وهي آخر صلاة مفروضة في اليوم الواحد.

٣) وعند نزول الآية القرآنية الثالثة، كان الإسلام قد قوى في نفوس الناس وتسامت أرواح المسلمين. ولكن الأمر الذي يعد حيوياً بالنسبة لهذه الدراسة ليس هو الإرادة القوية التي ساندت الأفراد في فعل ما يؤمنون به فحسب ولكن أيضاً للفائدة البدنية المكتسبة من وراء هذا. ذلك أن شرب الخمر لمدة طويلة يؤدي إلى زيادة نسبة تركيز الكحول في الدم الذي يستتبع زيادة الجرعة التي يحتاجها المدمنون وإلى إطالة فترة النقاهة. وتتضمن هذه الآية تحريا نهائياً لشرب الخمر بالإضافة إلى شرح يتناول المصلحة الاجتماعية والنفسية التي وراء هذا التحريم.

٤) وبالرغم من أن الألعاب القائمة على الصدفة والحظ، بعيدة عن هذه

الدراسة إلا أنها مرتبطة بها طالما أنها تؤثر على صحة الأفراد نتيجة تأثيرها على سلامته الاجتماعية وألعاب الصدفة أو القمار هي نوع من الأنشطة المبنية على الأمل الذي يعطي عائداً دون إسهام في بناء يعود بالخير على المجتمع.

٥) والجزء الأخير من الآية الثالثة، يعكس دور المربي كعامل هام في توصيل المعلومات إلى الأفراد.

٦) وأقوال الرسول ﷺ تعكس التأثيرات الجسدية والذهنية للخمور وما تستهلكه الخمور من كم وكيف. (مال وصحة).

المناقشة

رغم أن الخمر غرفت منذ أمد بعيد، إلا أن تأثيرها على الناس قد عرف عن طريق الملاحظة. وكانت المعرفة الحقيقية للآثار الجسمانية والنفسية والاقتصادية والاجتماعية للخمور، موضع الدراسة خلال القرون الأخيرة.

وتؤثر الخمر على الأعضاء تأثيراً مباشراً، وغير مباشر، وتسبب تلفاً لهذه الأعضاء، ومن المعروف تماماً أن:

"بعض الأعمال التجريبية قد رجحت أن يكون للخمر تأثير ضار مباشر على الكبد والأنسجة العظمية، ورجحت المشاهدات الإكلينيكية أن يكون للخمر تأثير مزمن ومباشر على القلب. ولكن الطريقة التي تحدث بها الخمر مثل هذه التلفيات المباشرة، مازالت أمراً لم يكشف عنه

البحث[1].

كما لوحظ أن الخمر يؤدي إلى إحداث مشاكل صحية خطيرة بصورة غير مباشرة فعلى سبيل المثال:

"... عادة ما يكون الشخص المخمور عرضة للحوادث والإصابات. وقد وجد أن نسبة تعرض المخمورين للحوادث المميتة تعادل سبعة أضعاف نسبة تعرض الأشخاص العاديين لمثل هذه الحوادث بالنسبة لمجموع السكان، وأن نسبة تعرضهم للتسمم الذي يؤدي إلى الوفاة ثلاثين ضعفاً ونسبة تعرضهم للموت نتيجة للسقوط ستة عشر ضعفاً، ونسبة تعرضهم للموت في حوادث السيارات أربعة أضعاف ونصف. وتعكس هذه النسب العالية ليس فقط العجز الناجم عن الوقوع تحت التأثير المباشر للخمر، وإنما تعكس أيضاً نمط الحياة والحالة التي يكون عليها الشخص المخمور".[2]

وتعد الخمر بصورة عامة من المواد المثبطة للنشاط. ولا تعد مادة منشطة منذ بداية تأثيرها على الجهاز العصبي المركزي. ذلك أن الخمر يؤدي إلى خفض الكفاءة الذهنية والعضلية. وقد ينخدع الفرد الذي يتناول الخمر بما يحسه أول الأمر من نشاط نتيجة تحرر الجهاز العصبي السفلي من سيطرة الجهاز العصبي العلوي بعد أن تقل كفاءة هذا الأخير نتيجة للخمر.

---

(١) إدمان الخمر "دائرة المعارف البريطانية الجديدة" ٤٤٠١، ١٩٧٥.

(٢) المرجع السابق صفحة ٤٤٠.

وركزت دراسات أخرى على أثر الخمر لتحديد النتائج المترتبة على استهلاك الخمور. وحاولت هذه الدراسات أن تحدد الكمية التي يمكن للشخص أن يتناولها دون أن تؤدي إلى الإضرار بصحته.

وقد أشار "جودو ين **Goodwin**" إلى أن:

"تناول جرعات كبيرة من الخمر قد يؤدي إلى الوفاة مباشرة عن طريق إلغاء عمل مركز التنفس في المخ وغالباً ما يحدث النزيف الحاد في البنكرياس نتيجة تناول كمية كبيرة من الخمر في جلسة واحدة."(١)

وبالرغم من أن موضوع تعاطي المسكرات قد درس في أمريكا دراسة دقيقة متمكنة وأجريت عليه دراسات إحصائية، فإن هذه الدراسات مازالت تفرق بين من يشرب الخمر في مناسبات اجتماعية وبين من يتجاوز هذه الحدود، وكما سبق أن ذكرنا فإنه ليس هناك حد فاصل دقيق فيما يتعلق بكمية الخمر التي تفصل بين الحالتين. إنه لأمر حقيقي أنه لا يوجد إدمان للخمر دون خمر وأن شرب الخمر في المناسبات الاجتماعية يعد بذرة الإدمان. وقد حسم الرسول ﷺ هذه المسألة النسبية في تناول كمية الخمر قال ﷺ "ما أسكر كثيره فقليله حرام" (ينظر كتاب الأشربة، ص/٤٨).

ماذا يمكن أن يحدث عند شرب كمية صغيرة جدا من الخمر؟ قد يكون التأثير غير محسوس ولكنه سيكون في جميع الأحوال أمراً لا يمكن

---

(١) "Goodwin, D. w" الوصف السيكولوجي التقييم الخاص بالشخص السكير "الإدمان الكحولي أساليب تناول مشكلة محتملة، صفحة ٢١٦.

التكهن بنتائجه. وكما ذكر "روجرز" Rogers فقد:

"اختلفت الآراء فيما يتعلق بما يجب أن تفعله السيدة الحامل تجاه شرب الخمر. وقد رأى بعض العلماء ضرورة امتناعها الكامل لتجنب احتمال تأثر الجنين حتى ولو بأقل كمية أو بالكميات الصغيرة المتكررة، بينما رأى البعض أن شرب كأس أو كأسين يومياً لا يعرض الجنين للخطر. وحتي يتم التوصل إلى المعلومات المؤكدة بهذا النصوص فمن الحكمة أن تتجنب السيدة الحامل شرب أي نوع من الكحوليات".[(١)]

ويعتبر التكهن بالآثار الضارة التي تصيب الأجنة أصعب من معرفة جنس الطفل الذي سوف يولد. وقد لا يتم التعرف على آثار شرب الخمر ألا بعد مرور فترة من الزمن.

ولكن الوضع يختلف بالنسبة للطفل حديث الولادة فقد ذكر "روجرز" Rogers:

في عام ١٩٧٣ تم تتبع ودراسة الأطفال الذين يولدون من أمهات يعاقرن الخمر. ولوحظ أن هؤلاء الأطفال كانوا أقل في الوزن والطول عن (الطبيعيين) ساعة ولادتهم. كما لوحظ أن هؤلاء الأطفال يعانون من صغر حجم الرأس، وقصور في مفاصل الأيدي والأرجل وشقوق بأعلى باطن الفم وأعراض عادية في القلب".[(٢)]

وقد توفي بعض هؤلاء الأطفال عقب ولادتهم، تأثراً بمعاقرة الأمهات

---

(١)"الحمل والولادة" في المجلة الطبية والصحية السنوية ص ٢٩٧ Rogers, Robert.

(٢) المرجع السابق.

الشديدة للخمر قبل الولادة. وبدراسة أمخاخ هؤلاء الأطفال وجدت أنها ضعيفة التكوين وأن بعض أجزاء المخ مفقودة فعلاً.

وتتبع "روجرز" **Rogers** في دراسته حالة الأطفال الذين كتبت لهم النجاة وقد لوحظ على هؤلاء الأطفال قصور في النمو الذهني وفي القدرة على استخدام بعض العضلات.

الآثار الاقتصادية للخمر

ناقش كل من "بيري" **Berry** و "بولاند **Boland** شرب الخمر من الوجهة الاقتصادية. وأوضحاً الفائدة والتكلفة الناجمة عن التجاوز في شرب الخمر واستندت دراستهما على مبدأ أساسي للغاية:

"من البديهيات الأولية أن هناك تشابهاً كبيراً في عملية اتخاذ القرار الخاص، واتخاذ القرار العام. فمن المستحيل أن يختار مستهلك أن يشتري منتجاً ما، تزيد قيمة ما يدفعه فيه عن قيمة الفائدة التي يحصل عليها من ورائه. وعلى هذا النحو فإن على المجتمع أن يتحاشى تلك السلع التي تزيد قيمة الخسارة الاجتماعية الناجمة عن شرائها عن قيمة مكسبها الاجتماعي. وبالإضافة إلى ذلك ونظراً لأن موارد الفرد (أي دخله) محدودة لذا فإنه عادة ما ينفق من دخله في شراء السلع التي تزيد فائدتها على ما دفع فيها داخل نطاق معين. وموارد المجتمع هي الأخرى شحيحة. لذا فإن اختيارات المجتمع ذات المنهج. ومن المؤكد أن أي برنامج أو مشروع لا يستحق عناء التنفيذ إذا لم تكن فوائده تساوي على الأقل تكلفته. وفي حالة ما تكون الموارد محدودة فإن الاختيار بين البرامج

والمشاريع يجب أن يبنى على تفضيل تلك التي تدر أكبر الفوائد بالنسبة للتكاليف".[١]

ثم عدد[٢] "بيري" و"بولاند" الآثار الاقتصادية الناجمة عن التجاوز في شرب الخمور:

١) قد يصبح مدمنو الخمر أقل قدرة على الإنتاج.

٢) فقد العمل هو نهاية الطريق بالنسبة لمدمن الخمر.

٣) يزيد إدمان الخمر من مخاطر وقوع حوادث السيارات والعمل، والحوادث المنزلية.

٤) بذل جهود إضافية بالنسبة لسلامة المرور وتقوية أجهزة العدالة الجنائية والشرطة والمحاكم، وما إلى ذلك، مما يؤدي إلى زيادة في الضرائب وانخفاض في مستوى الخدمات العامة أو كليهما.

٥) يعاني العمال المعاقرون للخمر من نسب أعلى من الغياب والتأخير والمرض عن العمال الذين لا يعاقرون الخمر.

٦) فقد الدخل يؤثر في استهلاك المنتجات الاقتصادية الأخرى.

٧) معاناة الضحايا (من لا يشربون الخمر) من الحوادث المرتبطة بشرب الخمر، فقد يسبب فقد الدخل نتيجة تقليل قدراتهم الإنتاجية.

٨) تخصيص جزء من الموارد المالية لعلاج نتائج معاقرة الخمر والأمراض

---

(١) "المضار الاقتصادية لشرب الخمر" صفحة ٥ .Berry, R.E, Boland J.P

(٢) المرجع السابق- صفحة ٧- ١٠.

الناتجة عن ذلك من شأنه أن يقلل من الاستخدام المنتج لهذه الموارد ويزيد العبء على كاهل دافعي الضرائب.

الآثار الاجتماعية لشرب الخمر

ناقش "جودوين" **Goodwin** في العديد من مقالاته التأثير السيء لإدمان الخمر على المجتمع. فعلى سبيل المثال.. خلال فترات "فقدان الوعي" يعاني معاقر الخمر من ذاكرة سليمة بالنسبة للأحداث القديمة واللحظية ولكنه يعاني من ضعف ذاكرة يستمر الفترة وجيزة يتمثل في عدم قدرته على تذكر الأحداث التي مضى عليها من خمسة إلى عشرة دقائق[١]. وقد تسببت تلك الوقائع والأفعال في وقوع مشاكل عائلية مثل إهمال شريك حياته والإساءة للأطفال والطلاق، وقد يؤدي تصرف معاقر الخمر أثناء فترة (فقدان الوعي) إلى فقده لوظيفته مما يؤدي إلى مزيد من التعقيدات.

وترتبط الخمر بالجرعة ارتباطاً لصيقاً:

"ان العلاقة بين الخمر والجرعة علاقة مركبة. وليس هناك شك في أن معاقرة الخمر قد تؤدي إلى اقتراف الجرائم. وهناك دليل على أن الخمر والجريمة لهما نفس الجذور. وهناك أيضاً احتمال بأن النشاط الإجرامي يزيد من الميل إلى شرب الخمر".[٢]

ويرتبط الخمر بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بالعديد من المشكلات

---

(١) "فقدان الوعي وضعف الذاكرة الناجم عن شرب الخمر" Goodwin, D.w. و"التطورات الحديثة في أبحاث الكحوليات" صفحة ٥٠٨- ٥٣٤.

(٢) "الخمر ومدمنو الخمر" مراجعة الأبحاث السنوية ص ١٠٢ .Rix, K.J.

الاجتماعية. وتضع هذه المشكلات عبئاً اجتماعياً- اقتصادياً ثقيلاً على عاتق الدول وأيضاً على المعاناة الإنسانية.

وسوف يطول بنا الجدل. فالخمر شراب يقره الأمريكيون في المناسبات الاجتماعية ولكن إذا ما تحول هذا الشراب الاجتماعي إلى مشكلة شراب، فعندئذ يبدأ التنبيه للخطر. ومن البديهي أن مشكلة إدمان الخمر لا يمكن أن تقوم إلا على الخمر باختلاف كمية تناولها قليلة أم كثيرة.

وقد ركزت معظم الدراسات التي تمت حول الخمر وعلاقته بالإسلام على الأسلوب الذي استخدمه الإسلام في تحريم شرب الخمر وتأيدت آراؤهم بالدراسات العلمية حول تأثير الخمر على الأفراد والمجتمع. وقدم "صقر" **Sakr** دراسته في المؤتمر السنوي لرابطة علماء الاجتماع المسلمين للولايات المتحدة وكندا وأشار إلى أنه قد:

"برزت بعض التساؤلات عن إمكانية تحريم الخمر في المجتمع. وقد افترضوا أن تحريم إنتاج المشروبات الروحية من شأنه أن يسيء للاقتصاد القومي وأن يعرض بعض الصناعات للإفلاس وأن يفقد الفلاحون محاصيلهم ويفقرهم، وقد يتأثر العديد ممن يحققون الربح من أصحاب محلات الخمور. عندما جاء الإسلام كان العرب في شبه الجزيرة العربية يتاجرون في الخمور كواحد من المشاريع الرابحة وكانوا يتناولونه في أنشطتهم الاجتماعية وكذلك لتدفئة أنفسهم في ليالي الصحراء الباردة. ومع ذلك لم يحرم الإسلام الخمر طفرة واحدة أو من غير مقدمات بل جاء التحريم تدريجياً خطوة خطوة. لقد أعد الإسلام الناس روحيا ومادية لتقبل الأخلاقيات التي جاء بها والتي تبلغ أوجهها في تقبل الناس لتحريم

الخمر"[1]

وتحريم الخمر في الإسلام أمر واضح وقاطع. ويشمل التحريم كل أنواع المواد التي تؤدي إلى السكر أو ذهاب العقل. كما يمتد التحريم فيشمل استعمال الخمر في صنع

الدواء أيضاً.

فعندما سأل طارق بن سويد النبي ﷺ عن إمكانية استخدام الخمر كدواء أجابه الرسول "إنه ليس بدواء ولكنه داء" (صحيح مسلم- الجزء الثالث- صفحة ١٠٩٩).

ومن ناحية أخرى فان هناك مبدأ في التشريع الإسلامي يبيح فعل المحرمات في حالات الطوارئ "التي هي مسألة حياة أو موت". وقد استنبط هذا الحكم من النص القرآني {قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَإِنَّ رَبَّكَ غَفُورٌ رَحِيمٌ} (سورة الأنعام: آية ١٤٥)

٢- المخدرات والتبغ

لقد حاول فقهاء المسلمين على مدى التاريخ أن يتوصلوا إلى رأي فاصل حول الموضوعات التي لم يرد ذكرها في القرآن والسنة. وكان منهجهم الأساسي في ذلك هو استخدام كل الإيضاحات التي تنفي عن

(١) صقر أ. هـ الخمر في الإسلام صفحة ٦ Sakr, A.H.

رأيهم أي شك. والمخدرات والتبغ هما إحدى تلك الموضوعات. (وهناك افتراض أنه عند نزول القرآن لم تكن المخدرات أو التبغ معروفين لمن يقطنون شبه الجزيرة العربية والإشارة الأولى عن "الحشيش" جاءت في أقوال ابن تيمية في نهاية القرن السابع للهجرة.

وقد توصل ابن تيمية إلى حكم الشريعة عن المخدرات والتبغ. وبني حكمه على الآتي:

١) الإيضاح الإسلامي لكلمة "خمر" (كحوليات) الذي ظهر في عهد النبي مُحَمَّد ﷺ وهو أن كل ما يذهب العقل ويخرج الإنسان عن حالة تحكم الذهن فهو محرم.

٢) كل مادة تؤدي إلى التخدير مثل "الحشيش" وغيره والتي لها تأثير جزئي أو كلي على العقل وفقد الإحساس والتحليق بعيداً عن الواقع في عالم خيالي، تعد محرمة.

٣) كل المواد التي تسبب التغيرات البدنية وتقلل من القوة العضلية والإحساس بالمسؤولية تجاه النفس والأسرة والعبادات والمجتمع تعد محرمة[١]

وفي القرن العشرين غرف المجلس الأعلى للشئون الإسلامية كلمة "المخدر" بأنها أي مادة تسبب النوم والكسل للجسم والعقل.

"والمخدرات أنواع كثيرة، وأكثرها انتشاراً هو الحشيش والأفيون والمخدرات الطبية الجراحية وجوزة الطيب. وقد ناقش المجلس التشريعي

---

(١) يوسف القرضاوي "الحلال والحرام في الإسلام" صفحة ٨١- ٨٢.

هذه الأنواع. ورغم أنهم لم يتناولوا أصنافاً أخرى مثل الكوكايين والمورفين ولكن ما ذكروه عن الحشيش وباقي الأصناف ينطبق على ما لم يجيء ذكره من الأنواع الأخرى طالما أن هذه الأنواع من المخدرات لها نفس التأثير الضار"[١].

وباستخدام الحشيش كمثال[٢] تمت مناقشة مشكلة المخدرات بصفة عامة.

١) يحرم الحشيش إذ أنه يحطم العقل ومنع الإنسان عن عبادة الله.

٢) لا يتساوى هذا التحريم مع تحريم شرب الخمر.

وتعد مشكلة المخدرات مشكلة اجتماعية صحية في العديد من الدول الإسلامية إذ أن تحريم تعاطي المخدرات لايزال غير واضح بالنسبة لأواسط الناس. ورغم أن بيع أو شراء أو تعاطي المخدرات يعد عملاً غير قانوني فلم يزل خافياً على الكثير أنه أيضاً عمل يحرمه الإسلام.

وقد ذكر "القرضاوي" أن:

هناك مبدأ إسلامي قانوني عام يحرم على المسلم أكل أو شرب أي شيء قد يقتله سريعاً أو تدريجياً مثل أنواع السموم- أو قد يؤدي إلى ضرره أو إصابته. ويجب على المسلمين ألا يتناولوا أي طعام أو شراب قد يفضيان إلى المرض. إن المسلم غير مطلق الحرية في إيذاء نفسه وأهله. إن حياته وصحته وماله منن(جمع منه) من الله عز وجل ولا يحق له أن يهدر

(١) "موسوعة الفقه الإسلامي" صفحة ١٢- ٥٦ سنة ١٩٦٦.

(٢) المرجع السابق صفحة ٥٧.

تلك النعمة"[1] لقوله ﷺ (لا ضرر ولا ضرار). وهنا أمور خمسة حرصت الشريعة الإسلامية على حمايتها وتوجيهها توجيهاً خاصاً منها: النفس، المال، العقل، والعرض والدين..

وقد استخلص هذا المبدأ من الآية الكرمة {وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا} (سورة النساء، آية ٢٩)

ومن الآية الكريمة {وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ} (سورة البقرة، آية ١٩٥)

ويقودنا هذا إلى الحديث عن التبغ وقد أعتبر هذا الحكم أن التبغ مادة محرمة طالما أنها تؤثر على الصحة، خاصة عندما يقرر متخصص (طبيب) أن التدخين خطر على صحة المريض الذي يعالجه. وحتى لو لم يظهر الأثر الضار للتدخين في بادئ الأمر فإنه من المؤكد أن التدخين مضيعة للمال ومثل هذا المال يمكن استخدامه على نحو أكثر إنتاجية للشخص نفسه لمواجهة متطلبات أسرته أو لمن يحتاجه من الناس.

ويعد تدخين التبغ مشكلة صحية عامة في معظم البلدان النامية. حيث أن هذه البلاد تمثل أكبر سوق المنتجات الشركات الغربية للتبغ. ومازالت الدول النامية غير مدركة تماماً لمسئولياتها تجاه صحة شعوبها. ولا توجد تحذيرات على علب السجائر التي تباع في أغلب الدول النامية. وعلى الناس أن ينتبهوا إلى الآثار المحتملة للتدخين على الجهاز التنفسي. وهذا التحذير يجب أن يصل إلى كل فرد من خلال التربية على جميع

---

(١) "القرضاوي" صفحة ٨١- ٨٢.

المستويات وبكل الوسائل.

الملخص

الخمر والمخدرات والتبغ لها تأثير ضار على الصحة (جسدياً وذهنياً واقتصادياً واجتماعياً). وكل هذه العقاقير محرمة في الإسلام.

وقد أظهرت كل الدراسات التي أجريت على هذه الأنواع، الآثار السلبية المحتملة لتناول هذه المواد أو بعبارة أخرى، لا يمكن القول بصفة قاطعة بأن استعمالها يعتبر أمراً مأموناً.

وينبني تقبل استخدام هذه المواد في أغلب الحالات على الحقيقة التي تبيح للفرد أن يفعل أي شيء يريده طالما أنه لا يمس الآخرين ولكن هنا يبرز السؤال: هل صحيح أنه لا يمس الآخرين؟ وبالإضافة إلى ذلك فقد اعتبرت تلك الدراسات أن العوامل الاجتماعية والثقافية هي الأسس التي ينبني عليها تقرير اختيار استخدام العقار والإدمان عليه.

واستخدام أو عدم استخدام عقار ما لا يرجع فقط إلى أنه أمر يتعلق بالمعتقدات الإسلامية. ولكنه أيضاً أمر مرده إلى النظرة الجسدية والسيكولوجية والاجتماعية.

وبالنسبة للبلدان الإسلامية فقد يكون من الأكثر فاعلية أن تلقن الناس الأمور الخاصة بالخمر والمخدرات ضمن منهج للتربية الصحية، قائم على الشروح والمبادئ الإسلامية.

الفصل الخامس

الصحة العقلية

الصحة العقلية

يلاحظ أن أكثر التعليمات الإسلامية المتعلقة بالصحة العقلية ذات صفة وقائية. فقد جاء الإسلام بالأخلاقيات التي تنمي انضباط النفس والتحكم في الغرائز والإرادة القوية. ومن الصعب أن نصنف الصحة العقلية في الإسلام على أساس التصنيفات الحديثة. وموضوع الصحة العقلية موضوع بالغ التخصص تتداخل وتؤثر فيه عوامل عديدة. والدراسات التي أجريت حول هذا الموضوع هي محاولات لتفهم العوامل التي قد تؤدي إلى الأمراض والاضطرابات العقلية. ولا تزال أفضل الإجراءات التي نقي من الاضطرابات العقلية مجرد افتراضات تحت التجريب. ولهذا فأننا في هذا الفصل نحاول أن نتعرف على الجوانب الموضوعية للتعاليم الخاصة بالصحة العقلية في الإسلام وتأثيرها على السلوك الإنساني.

وقد قسمت التعاليم الإسلامية المتعلقة بالصحة العقلية إلى ما يلي:

١) العقيدة والإيمان.

٢) المواقف والسلوكيات.

ويجب أن يكون واضحاً للقارئ منذ البداية الأولى أن هذا الفصل هو

محاولة للتعرف على– أو لشرح– التعاليم الإسلامية التي من المحتمل أن يكون لها ارتباط بالصحة العقلية.

١- العقيدة والإيمان

تنبني العقيدة في الإسلام على التوحيد. والإيمان هو التيقن الصادق من القلب بأن "لا إله إلا الله وأن محمَّداً رسول الله" ثم إقامة الصلاة وإيتاء الزكاة (مال مستحق من أغنياء الناس للمحتاجين منهم)، وصوم شهر رمضان وحج البيت الحرام لمن استطاع إليه سبيلاً (مرة في العمر) وهذه هي أركان الإسلام الخمسة. والإيمان هو الركن الأول والأساس الذي ينبغي أنتبنى عليه أعمال الفرد. وبعد الإيمان بمثابة الدفاع الروحي الذي يجب أن يدعمه السلوك العملي. كما تعد بقية الأركان بمثابة السلوكيات العملية التي تنبني على الإيمان وتدعمه. ولذا فإن الأمر ذو اتجاهين.

وقد تم تخير التعاليم التالية من بين المئات.

{اللَّهُ لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلَا نَوْمٌ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ} (سورة البقرة، آية ٢٥٥).

{وَإِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ (١٦٣) إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا

وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ} (سورة البقرة، آية ١٦٣، ١٦٤)

{لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُوَلُّوا وُجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ وَآتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَالسَّائِلِينَ وَفِي الرِّقَابِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَالْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَالصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَحِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ} (سورة البقرة، آية ١٧٧)

{قُلْ هُوَ الرَّحْمَنُ آمَنَّا بِهِ وَعَلَيْهِ تَوَكَّلْنَا فَسَتَعْلَمُونَ مَنْ هُوَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ} (سورة الملك، آية ٢٩)

{إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا بَعِيدًا} (سورة النساء، آية ١١٦)

{ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تُوبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَصُوحًا ...} (سورة التحريم، آية ٨).

{أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكْكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُشَيَّدَةٍ وَإِنْ تُصِبْهُمْ حَسَنَةٌ يَقُولُوا هَذِهِ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ وَإِنْ تُصِبْهُمْ سَيِّئَةٌ يَقُولُوا هَذِهِ مِنْ عِنْدِكَ قُلْ كُلٌّ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ فَمَالِ هَؤُلَاءِ الْقَوْمِ لَا يَكَادُونَ يَفْقَهُونَ حَدِيثًا (٧٨) مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَمَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ وَأَرْسَلْنَاكَ لِلنَّاسِ رَسُولًا وَكَفَى بِاللَّهِ شَهِيدًا} (سورة النساء، آية ٧٨، ٧٩)

{الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(٢٨) الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ} (سورة الرعد، آية ٢٨، ٢٩)

{وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ} (سورة ق، آية ١٦)

{فَإِنِ اسْتَكْبَرُوا فَالَّذِينَ عِنْدَ رَبِّكَ يُسَبِّحُونَ لَهُ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَهُمْ لَا يَسْأَمُونَ} (سورة فصلت، آية ٣٨).

{يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيْئَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ} (سورة يوسف، آية ٨٧)

{قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ} (سورة الحجر، ٥٦)

عن عبادة بن الصامت ﷺ قال "كنت فيمن حضر العقبة الأولى وكنا أثني عشر رجلاً، فبايعنا رسول الله ﷺ على بيعة النساء وذلك قبل أن

يفترض الحرب على ألا نشرك بالله شيئاً ولا نسرق ولا نزني ولا نقتل أولادنا ولا نأتي ببهتان نفتريه بين أيدينا وأرجلنا ولا نعصيه في معروف فإن وفيتم فلكم الجنة وإن أصبتم من ذلك شيئاً فأمركم إلى الله إن شاء عذبكم وإن شاء غفر لكم". (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ٢١- ٢٢).

عن أبي هريرة ﷺ قال "كان النبي ﷺ بارزاً يوماً للناس فأتاه رجل فقال ما الإيمان قال الإيمان أن تؤمن بالله وملائكته وبلقائه ورسله وتؤمن بالبعث قال ما الإسلام قال الإسلام أن تعبد الله ولا تشرك به وتقيم الصلاة وتؤدي الزكاة المفروضة وتصوم رمضان قال ما الإحسان قال أن تعبد الله كأنك تراه فإن لم تكن تراه فإنه يراك قال متى الساعة قال ما

المسئول عنها بأعلم من السائل.. ثم أدبر فقال ردوه فلم يروا شيئاً فقال هذا جبريل جاء يعلم الناس دينهم. (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ٤٢-٤٣).

عن المغيرة قال "إن كان النبي ﷺ ليقوم ليصلي حتى تورم قدماه أو

ساقاه فيقال له فيقول ألا أكون عبداً شكوراً" (صحيح البخاري- الجزء الثامن- ص ٣١٨).

عن أبي هريرة رضي عنه عن النبي ﷺ قال "إذا نظر أحدكم إلى من فضل عليه من المال والخلق فلينظر إلى من هو أسفل ومنه" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ٣٢٨).

عن أبي هريرة ﵁ عن النبي ﷺ قال "إن الدين يسر ولن يشاد هذا الدين أحد إلا غلبه فسددوا وقاربوا وأبشروا واستعينوا بالغدوة والروحة وشيء من الدلجة" (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ٢٤).

عن أبي هريرة ﵁ قال " قال رسول الله ﷺ إذا أحسن أحدكم إسلامه فكل حسنة يعملها تكتب بعشرة أمثالها إلى سبعمائة ضعف وكل سيئة يعملها تكتب بمثلها. (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ٣٦).

عن أنس بن مالك ﵁ أن رسول الله ﷺ قال "يخرج من النار من قال لا إله إلا الله وكان قلبه ما يزن شعيرة ثم يخرج من النار من قال لا إله إلا الله وكان قلبه من الخير ما يزن برة ثم يخرج من النار من قال لا إله إلا الله وكان في قلبه من الخير ما يزن ذرة" (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ٣٧).

الشرح والتفسير

{قَالَتِ الْأَعْرَابُ آَمَنَّا قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَلَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ وَإِنْ تُطِيعُوا اللَّهَ وَرَسُولَهُ لَا يَلِتْكُمْ مِنْ أَعْمَالِكُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (١٤) إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ آَمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ} (سورة الحجرات، آية ١٤، ١٥).

توضح هذه الآيات الخط الفاصل بين إسلام الفرد وإيمانه كما تؤكد هذه الآيات المبدأ الإسلامي "إن الإيمان هو ما وقر في القلب وصدقة العمل" ويمكننا أن نلخص التعاليم المختارة على النحو التالي:

١) أنه لا إله إلا الله وأن محمداً رسول الله.

٢) إن الله أحد صمد.

٣) إن السماء والأرض وما بينهما والمخلوقات والإنسان كلها دلائل على وجود الله.

) إن الله لا يغفر أن يشرك به.

٥) الإيمان بكل الأنبياء جميعاً من لدن آدم حتي خاتم الأنبياء محمد وأنهم رسل الله.

٦) إن الله هو خالق كل شيء وأن كل ما يتوصل إليه الإنسان هو بتوفيق الله وعونه، وعلى الإنسان أن يتذكر أن الله أكبر وأن يحمده على عونه.

٧) إن الإسلام يحث الإنسان على طلب المعرفة كما جاء في الآية الكريمة { إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ ...} (سورة فاطر، آية ٢٨).

أي أنه كلما زاد قدر علم المسلم كلما زاد يقينه بوجود الله.

٨) الحياة هي جزء من رحلة طويلة تستكمل في الحياة الآخرة. والموت إحدى مراحل استمرار هذه الرحلة. لذا فإن الحياة الدنيا ماهي إلا اختبار أو محاكمة للفرد الإثبات أصالته.

٩) إن الإحساس بالرضى ناتج الإيمان. وكلما زاد إيمان الفرد بوجود الله كلما ضاقت الفجوة بين معتقداته وبين ماديات الحياة.

١٠) إن تلاوة القرآن شفاء وخاصة في الأزمات. {الَّذِينَ آَمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ} (سورة الرعد، آية ٢٨)

وتلاوة القرآن تطمئن الفرد على أن الله معه وأنه معينه. والإنسان يحتاج إلى الدفعة أو الدعم النفسي لكي يستطيع أن يواجه مشكلات الحياة اليومية التي تفوق قدرته على حلها.

١١) إن الله قريب من عباده. وكلما تقرب العبد إلى الله بأعماله الصالحات والطاعات زاد عون الله له.

١٢) إن باب الله مفتوح دائماً أمام عباده. وعليهم أن يدعوا الله طلباً لمساعدته وعونه. {وَقَالَ رَبُّكُمُ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ...} (سورة غافر، آية ٦٠). وكل من يئس من رحمة الله لعله أن يجد الإجابة في قول الحق تبارك وتعالى {قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لا

تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ} (سورة الزمر، آية ٥٣).

١٣) إن ذكر الله يعني فعل ما يحب واجتناب ما يكره.

١٤) أن الغاية من التحريم هي تحقيق صالح الجنس البشري (المحرمات الست التي ورد ذكرها وغيرها (الخمر، لحم الخنزير والميسر.. الخ).

١٥) أن كل شيء محرم له بديل طيب. فالمشروبات الخفيفة (غير الكحولية) واللبن وعصير الفاكهة أنفع للصحة من الخمور، والزواج متعة حلال وضمان المستقبل الأطفال على النقيض من الزنا التي لا تعد من السعادة في شيء ولحم الخنزير ليس بأنفع اللحوم للصحة فقد وجد أن الأبقار والدواجن والسمك أنفع من الناحية الصحية.

١٦) إن التصدق على الفقراء والإحسان في معاملة الأيتام والمحتاجين وعتق العبيد كلها سبل لمرضاة الله.

إن الإيمان هو الاعتقاد العميق بوجود الله والعمل المخلص.

المناقشة

يعتبر موضوع الصحة العقلية موضوعاً متخصصاً يصعب التوصل فيه إلى تعريفات محددة. ومن الصعب أن نحكم على سلوك الفرد كمؤشر على حالته العقلية. إن الكثير من العوامل تتفاعل في هذا الصدد. ولذا يصعب التوصل إلى حكم سليم. من منا يحكم على الآخر؟ وأي نوع من المعايير يتبع في ذلك؟

وما هي أسباب اتزان العقل واضطرابه؟ هل هي رواسب الطفولة

والظروف التي أحاطت بها؟ أم هو تأثير المجتمع والبيئة؟ هل من الجائز أن يكون السبب هو الفرد الذي يجد صعوبة في التكييف بحكمة إزاء مواقف معينة؟ أم هو مزيج من بعض هذه العوامل أو كلها؟

وقد يكون السلوك الغير معقول في تناول مشكلات الحياة اليومية مؤثراً على الاضطراب فقد ورد في "الحياة والصحة".

"إن الضغط النفسي هو أي مؤثر يتداخل مع الاتزان البيولوجي أو السيكولوجي للكائن الحي ويعتمد على سلوك الأفراد وعلى الطريقة التي يستجيبون بها لكل من الضغوط الداخلية والمحيطة بهم. ويواجه أغلب الناس قدراً كبيراً من الضغوط أما بتغيير أمور محيطة بهم أو بتغيير أمور تتعلق بذاتهم. وبالتالي فإن قدرة الفرد على "التكيف" تتحدد بالفرص التي أتيحت له ليغير الظروف المحيطة به، وبقدرته على التشكل بدنياً وعاطفياً"[(١)].

ومعرفة الحقائق والأسباب يعني إمكانية تحقيق الحماية وبالإضافة إلى ذلك فإن كل مجتمع يتفرد بما يقبله أو يرفضه من أنماط السلوك والمواقف. ولتحقيق قدر كبير من الفهم لأسباب الأمراض الذهنية وكذا علاجها يجب جلاء بعض الحقائق ويمكننا أن

نلخص تقرير "**Yufit,s and Gould**[(٢)]" فيما يلي:

---

(١) "الصحة العقلية والأمراض المرتبطة بها" في الحياة والصحة ص (٦٩).

(٢) "الصحة العقلية" لعام ١٩٧٧ YuriT, R.I, and Gould, D.W.

كتاب الموسوعة البريطانية السنوية. عدد خاص صفحة ٣٩١- ٣٩٢.

يتزايد استخدام أساليب الفرد في التأقلم والتكيف "قدرة الفرد على التوقع" كقياس لمدى مقدرته على تحمل أعباء الحياة اليومية.

- مع ما حققه تقدم الرعاية الصحية من زيادة في معدل عمر الفرد إلى ٧٠ عاماً في الدول المتقدمة، بدأت تظهر أعداد متزايدة من "حالات القلق النفسي" بين المترددين على عيادات الأطباء غير النفسيين.
- المغالاة من جانب الأطباء، ومن جانب الأفراد في وصف واستخدام المهدئات الخفيفة والمسكنات والمنبهات ومسكنات الألم، يلفت الانتباه إلى أن عالم اليوم أصبح يعتمد على العقاقير.
- وتستطيع العقاقير أن تخفف الآلام ولكنها تعجز عن كشف الأسباب الحقيقية لها. والاستخدام الغير مشروع للعقاقير القوية التأثير (الهيروين والكوكايين الخ) لازال يمثل مشكلة رئيسية بالنسبة للصحة العقلية.
- تبين الاحصاءات المأخوذة من واقع أقسام الاستقبال في مستشفيات الأمراض العقلية في بريطانيا أن سيدة من كل سبع بريطانيات، وأن رجلاً من كل تسعة بريطانيين يدخلون المستشفيات العقلية نتيجة لمرض عقلي في مرحلة ما خلال حياتهم.
- ونتيجة لذلك اكتظت مستشفيات الأمراض العقلية في المملكة المتحدة بأعداد كبيرة من المرضى الذين قد لا يحتاجون لأي علاج. وقد يحتجز عدد كبير من المرضى ولسنوات عديدة دون أي علاج ظاهر سوى المسكنات لإبقائهم في حالة هادئة. ومن سوء الطالع أن نجد

هذه الصورة منتشرة في البلدان النامية.

- حالات القلق والإحباط قد يؤديان بالأفراد إلى نتائج خطيرة (الإقدام على الانتحار).

ولم يرد ذكر الدول النامية في أي جزء من هذا التقرير. الأمر الذي يفسح المجال إلى المزيد من الدراسات للتوصل إلى معرفة مستوى حدوث الاضطرابات العقلية وأنواعها وأسبابها في الدول النامية حيث تختلف المجتمعات في المعايير التي تبنى عليها قبولها أو رفضها لسلوك معين. وتشكل هذه المعايير المبادئ والقيم الخاصة بكل مجتمع. بل وأكثر من ذلك فإن هذه التغيرات قد توجد بين أفراد المجتمع الواحد وبين الإخوة والأخوات في العائلة الواحدة.

وقد اعتبر "كابلان **Caplan**" أن العامل الأساسي الذي يؤثر في وقوع الأزمات هو حدوث عدم اتزان بين تقدير صعوبة وأهمية المشكلة وبين المصادر المتاحة فوراً هذه المشكلة"[١] ومع التسليم بأن ما ذكره "كابلان" هو افتراض صحيح، فمن الممكن في مثل هذه الحالة إعادة التوازن سيكولوجياً. وفي نفس الوقت فإن من الصعب إشباع رغبات كل الأفراد حيث أنهم يختلفون من الناحية النفسية. والرضا أمر نسبي. وبعبارة أخرى.. إن ما قد يرضي أحد الأفراد قد لا يرضي فرداً آخر. ولذا فإن القناعة الذاتية ينبغي أن تنبع من الفرد ذاته. ويجب أن يكون واضحاً أن القناعة الذاتية لا تتعارض مع الطموح.

---

(١) "كابلان" و"جيرالد" مبادئ علم النفس الوقائي صفحة (٢٦) Caplan, Gerald.

والنفس البشرية موضوع بالغ التعقيد وهام وحيوي للغاية. وتحقيق التوازن السيكولوجي (النفسي) هو الغاية التي يسعى إليها علماء النفس والمحللون النفسيون والأخصائيون الاجتماعيون والمعلمون والآباء والأمهات. وهذا التوازن نتاج خبرة الحياة على المدى الطويل المتراكمة يوماً بعد يوم. ومن أجل هذا فإنه إذا لم يتحقق التوازن النفسي فإنه من الصعب أن يتحقق العلاج ولذا فإن الوقاية هي أفضل طريق يتبع.

ويحتاج الإنسان إلى نوع من المعتقدات لكي يبني تجاربه الشخصية داخل إطار ما وكلما اقتربت هذه المعتقدات من الحقيقة كلما كان من السهل التوصل إلى تحقيق التوازن النفسي للفرد.

لقد توصل علماء الأجناس إلى أن الدين له دور أساسي في حياة أي مجتمع "إن ما نعرفه عن كل الثقافات الإنسانية حتى وقتنا الحالي ما هو إلا جزء بسيط من التجربة البشرية"[١]. ونتاج ذلك هو مزيد من الدين والثقافة.

والتوصل إلى حالة ذهنية عاقلة يعتمد على نوع القيم والأخلاقيات في المجتمع وعلى قدرة الفرد على تقبل هذه القيم والأخلاقيات، مع الدرجة التي يستطيع أن يتكيف بها من أجل إشباع حاجاته، مما ييسر السبيل للتوصل إلى حالة الاتزان النفسي (السيكولوجي).

ويترك الدين بصماته على كل المجتمعات وملامح مجتمع ماهي مزيج من الدين والثقافة بوجه عام. ولكي ندرس تأثير ديانة ما على الاستقرار

---

(١) "المدخل الأنثروبولوجي" في الدين والثقافة والصحة العقلية ص ٢٩ "Meed Margaret".

الذهني في ثقافة معينة يجب أن نبدأ بعزل العوامل المؤثرة.

وفصل تلك العوامل عملية شاقة للغاية نظراً لتداخلها بصورة عميقة.

وفي هذه الدراسة أمكن في يسر فصل التعاليم الأساسية المتعلقة بالصحة، نظراً لأنها مستقاة من مصادر صحيحة غير قابلة للتغيير وهي القرآن والسنة.

والمسلمون يؤمنون بالإسلام كمعيار سليم. وإذا كان من الأمور المتفق عليها أن لكل مجتمع ملامحه وأنماطه وأخلاقياته، فإن للمجتمعات الإسلامية ملامحها وأنماطها وأخلاقياتها، وتلك الملامح والأخلاقيات قد يقبلها أو يرفضها من لا ينتمون إلى المجتمع الإسلامي وبالإضافة إلى ذلك تجدر الإشارة إلى أن المجتمعات الإسلامية تختلف فيما بينها نتيجة لاختلاف ثقافاتها. ولذا فإن الخطوط الإسلامية العامة هي المجال للمناقشة.

والإسلام يشجع المسلمين على أن يتغلبوا على الأزمات وأن يتقبلوا بالإيمان هزة النائبات. ومن الوجهة النفسية يعد هذا سلوكاً صحياً من جانب الفرد طالما أن حل مثل هذه الأزمات أو الظروف يتم في نطاق قدراته والقبول هنا ينبني على الإيمان. والإيمان بالله عن طريق ممارسة التكيف ومواجهة الأزمات اليومية والعمل الصالح والأمل في ثواب الله، وتجنب فعل السيئات خوفاً من عقابه. والثواب والعقاب هما الأساس في أي عملية تربوية أو تعليمية. والأمل في الثواب من الله وتجنب العقاب يبنيان الأساس النفسي للتغلب على الأزمات.

والمؤمنون من خلال عباداتهم الدينية يقيمون أساساً ثابتاً من الأمان.

الأمر الذي بيسر عليهم تقبل حقائق الحياة، والإيمان في الإسلام هو أساس العقيدة الإسلامية.

وقد استعرض "رؤوف" ستة أقسام ومبادئ للإيمان(١):

١- الله وصفاته.

٢- الأنبياء وفضائلهم.

٣- الملائكة.

٤- الكتب المقدسة.

٥- يوم البعث.

٦- القدر، وهو التسليم بأن الله هو المهيمن على كل ما يحدث في العالم.

وقد يختلط الأمر على غير المؤمنين بالنسبة للمبدأ السادس ولقد شرح "رؤوف" كلمة القدر ووضح الفرق بينه وبين القضاء بقوله:

"نحن لا نؤمن بالقدر ولكننا نؤمن بالله الخالق الكون الذي رغم إبداعه وتعقيده فإن أموره تجري في يسر وكفاءة ودقة والذي ينبغي أن يكون قد خطط له وحدد مصيره الله سبحانه وتعالى في علم الغيب بحكمته وإرادته. فإذا نزلت بنا نازلة فإننا نتقبل ما يحدث لنا باعتباره من عند الله، بدلا من أن نستسلم لليأس. ونحن نؤمن بحرية الإنسان وقدرته على تحديد مسار ما هو مخير فيه من أفعال. وعلم الله المسبق بما سوف نفعله لا يتعارض مع ما

---

(١) عبد الرؤوف محمد، "عقيدة الإسلام والعبادة" صفحة (١).

للإنسان من حرية في الاختيار"[١].

وبحث الإسلام المسلمين على توطيد علاقاتهم بالله كأفراد وجماعات الصلاة والصيام والحج). ولكي تؤمن بالله يجب أن نصدق بأن لا إله إلا هو وأن سيدنا مُحَمَّد رسول الله وأن نؤمن بأن القرآن كتاب منزل من لديه وأن سيدنا مُحَمَّد ﷺ هو الأسوة الحسنة الواجبة الاقتداء. وأن نؤمن بكل الأنبياء الذين جاء ذكرهم في القرآن وبالكتب المنزلة. وأن نؤمن بالملائكة واليوم الآخر. وأن تؤمن بالقدر (المصير).

ولكي نتناول هذا الشرح بالمناقشة فيما يتعلق بوقاية الصحة العقلية يمكننا أن نوضح فيما يلي بعض المفاهيم:

١) لكل إنسان دور في الحياة، خلق من أجله.

٢) الماضي والمستقبل أمران ليسا في متناول يد الإنسان.

٣) تقبل كل ما يحدث في الحياة هو جزء من الإيمان.

وقد يصعب على بعض الناس إدراك هذه المفاهيم. وفي الواقع، أن كل إنسان خلق لكي يؤدي الدور الذي قدره الله له. ولكن يجب عليه أن يعمل بجد وأن يستخدم حكمه الشخصي. وفي الوقت ذاته، على الفرد (المسلم) أن يبني حكمه الشخصي على هدي الله. وهذا الهدي يتبع تدرجاً معيناً، بدءا بالقرآن ثم السنة. ثم رأي أهل العلم وعلماء الدين ثم في النهاية الرأي الشخصي.

---

(١) المرجع السابق صفحة ١٢.

وهذا النوع من الهداية يحمي المسلم من الحكم الخاطئ على الأمور. والله سبحانه وتعالى يقبل النتائج التي ترتبت على ما أرتاه الشخص المسلم. فإذا كانت نتائج طيبة شكر الفرد ربه على كريم عونه. وإن كانت النتائج سيئة فلا لوم عليه ولا على غيره في ذلك. لأنها إرادة الله جل شأنه. {وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا} (سورة النساء، آية ١١٠)

وطالما أن الإنسان لم يكن ينوي شراً فإن مغفرة الله واردة. وقد تسع مغفرة الله بعض العصاة الذين يطلبون مغفرة الله. وهذا من شأنه أن يخفف الإحساس بالذنب وأن يمنح الطمأنينة للأفراد. ومن الناحية النفسية فإن الذنب وتأنيب الضمير لا يعكسان طمأنينة العقل.

والتسليم بأن الماضي والمستقبل بيد الله لا يعني التواكل الكامل على الله ولكنه يعني الاعتماد على عونه وتوفيقه طول العمر، وأن على الإنسان أن يسعى بأقصى طاقته لتحقيق أهدافه. مثال ذلك قوله تعالى: {وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ...} (سورة التوبة، آية ١٠٥)

وإذ يختلف الناس فيما بينهم، فليس كل المسلمين يسعون للالتزام بأوامر الله ويتبعون المسلك الديني السليم.

هؤلاء الذين ضلوا عن طريق الدين تنالهم دائما مغفرة الله متى طلبوها وسعوا إليها ما داموا قد عقدوا العزم على ألا يعودوا إلى المعصية مرة ثانية. {قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ

يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ} (سورة الزمر، آية ٥٣)، فالله عند المسلم هو العادل العليم الحكيم الرحيم الصمد العظيم.

تفكيره كله في الصلاة المقبل عليها. ومثال ما يتفوه به المسلم أثناء الوضوء قوله: "بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ، أشهد أن لا إله إلا الله وأن محمداً رسول الله، اللهم أغفر لي ذنوبي.. إلخ".

وهناك العديد من العبارات التي تقال أثناء فترة الإعداد للصلاة. وكلها عبارات مأخوذة من القرآن أو من السنة، وتساعد هذه العبارات المسلم في الوصول إلى حالة من السلام النفسي لفترة من الزمن بعيداً عن ضغوط الحياة اليومية. وتعتبر ممارسة المسلم لهذه التجربة النفسية المطمئنة خمس مرات يومياً بمثابة تخفيف عن المسلم الذي يؤدي الصلوات المفروضة فقط. ولكنها بالنسبة للمسلمين الذين يصلون "النوافل" تحقيق قدر أكبر من السلام النفسي.

والإنسان عندما يعتقد في وجود الله عن إيمان، فانه يستطيع أن يعرف مكانه من خالقه، ومن الكون الذي يعيش فيه ويستطيع أن يدرك حدود وأبعاد قدرته خلال مراحل حياته. وبالنسبة له فإن الله هو الخالق وإدراكه لهذه الحقيقة يولد لديه الضمير القوي القادر على أن يعصمه من فعل السيئات، ويشعره في الوقت ذاته بعون الله.

وعندما تتحقق للفرد الطمأنينة مع الله ومع النفس فإن هذه الطمأنينة أو الرضا تنعكس على تصرفاته مع الآخرين. وطبيعي أن ينعكس ذلك في تصرفات الأفراد الأمر الذي يمنح الفرد طمأنينة العقل واحترام الذات.

الملخص

لأن الإيمان هو الركن الأول في الإسلام لذا فإنه أساس العقيدة الإسلامية وطالما أن المسلم عميق الإيمان بالله فان ذلك سوف يوجد لديه "الإحساس بالله سبحانه وتعالي" في سلوكه، وسوف يجعل كل خطواته في اتجاه الخير. ويعمل الإيمان على تقوية المؤمن طوال حياته حتى ينهض بتبعاته. وإذا كانت المجتمعات تعتمد على مجموعة القوانين الوضعية لكي تضع الأمور في نصابها فإن الإيمان بالله يستطيع أن يكون القانون الواقي الذي يبني وينمي الفضيلة والأخلاقيات التي تعتمد على الإحساس بالله

سبحانه وتعالى. وقد يكون الإيمان هو الحماية ضد أغلب الاضطرابات النفسية التي تؤثر في الفرد وفي المجتمع على السواء.

٢- المواقف والسلوكيات

تعد المواقف الاجتماعية للفرد وسلوكياته بمثابة نتاج ضميره وشخصيته. وقد يؤدي الانطواء النفسي والأنانية بالفرد إلى مشاكل نفسية. ومن الناحية الأخرى، فإن الشعور بالانتماء قد يكون فيه وقاية للفرد من العديد من المشاكل النفسية. ويعتبر الإسلام أن العلاقة الطيبة بين أفراد الأسرة الواحدة وبين أفراد المجتمع، جزء من تقوى الله. والتعاليم التالية هي العناوين البارزة التي يتعين على المسلمين إتباعها.

{وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَلا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَى وَالْيَتَامَى وَالْمَسَاكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَى وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنْبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَنْ كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا}

(سورة النساء، آية ٣٦). "{وَقَضَى رَبُّكَ أَلاَّ تَعْبُدُوا إِلاَّ إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلاهُمَا فَلا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا (٢٣) وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا} (سورة الإسراء، آية ٢٣، ٢٤)

{إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَى وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ} (سورة النحل، آية ٩٠)

{فَأَمَّا الْإِنْسَانُ إِذَا مَا ابْتَلَاهُ رَبُّهُ فَأَكْرَمَهُ وَنَعَّمَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَكْرَمَنِ (١٥) وَأَمَّا إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ فَيَقُولُ رَبِّي أَهَانَنِ (١٦) كَلَّا بَل لَا تُكْرِمُونَ الْيَتِيمَ (١٧) وَلَا تَحَاضُّونَ عَلَى طَعَامِ الْمِسْكِينِ (١٨) وَتَأْكُلُونَ التُّرَاثَ أَكْلًا لَمًّا (١٩) وَتُحِبُّونَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا} (سورة الفجر، آية ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠)

{وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ} (سورة الحشر، آية ١٠)

{وَبَرًّا بِوَالِدَتِي وَلَمْ يَجْعَلْنِي جَبَّارًا شَقِيًّا} (سورة مريم، آية ٣٢)

{وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا} (سورة الفرقان، آية ٧٤)

{وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي

أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ} (سورة الأحقاف، آية ١٥)

{وَإِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ سَرِّحُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَلا تُمْسِكُوهُنَّ ضِرَارًا لِتَعْتَدُوا وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ وَلا تَتَّخِذُوا آيَاتِ اللَّهِ هُزُوًا وَاذْكُرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَمَا أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنَ الْكِتَابِ وَالْحِكْمَةِ يَعِظُكُمْ بِهِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ (٢٣١) وَإِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَلَا تَعْضُلُوهُنَّ أَنْ يَنْكِحْنَ أَزْوَاجَهُنَّ إِذَا تَرَاضَوْا بَيْنَهُمْ بِالْمَعْرُوفِ ذَلِكَ يُوعَظُ بِهِ مَنْ كَانَ مِنْكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكُمْ أَزْكَى لَكُمْ وَأَطْهَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ (٢٣٢) وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلاَّ وُسْعَهَا لا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلادَكُمْ فَلا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ} (سورة البقرة، آية ٢٣١، ٢٣٢، ٢٣٣)

{فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتُقَطِّعُوا أَرْحَامَكُمْ (٢٢) أُولَئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعْمَى أَبْصَارَهُمْ (٢٣) أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا} (سورة محمد، ٢٢، ٢٣، ٢٤)

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَإٍ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا

بِجَهَالَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلَى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ} (سورة الحجرات، آية ٦)

{إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ} (سورة الحجرات، آية ١٠).

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آَمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَومٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ (١١) يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلا تَجَسَّسُوا وَلا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ} (سورة الحجرات، آية ١١، ١٢)

{إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُكُمْ أَنْ تُؤَدُّوا الْأَمَانَاتِ إِلَى أَهْلِهَا وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ إِنَّ اللَّهَ نِعِمَّا يَعِظُكُمْ بِهِ إِنَّ اللَّهَ كَانَ سَمِيعًا بَصِيرًا} (سورة النساء، آية ٥٨)

{وَإِذَا حُيِّيتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا} (سورة النساء، آية ٨٦)

{وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ} (سورة الأعراف، آية ٥٦)

{وَاذْكُرُوا إِذْ جَعَلَكُمْ خُلَفَاءَ مِنْ بَعْدِ عَادٍ وَبَوَّأَكُمْ فِي الأَرْضِ تَتَّخِذُونَ مِنْ سُهُولِهَا قُصُورًا وَتَنْحِتُونَ الْجِبَالَ بُيُوتًا فَاذْكُرُوا آَلَاءَ اللَّهِ وَلَا تَعْثَوْا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ} (سورة الأعراف، آية ٧٤)

{وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ} (سورة التوبة، آية ٧١)

{وَيَا قَوْمِ أَوْفُوا الْمِكْيَالَ وَالْمِيزَانَ بِالْقِسْطِ وَلَا تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ وَلَا تَعْثَوْا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ} (سورة هود، آية ٨٥)

وروي من السنة المطهرة ما يلي: عن الأسود قال: "سألت عائشة ﵂ ما كان النبي ﷺ يصنع في أهله قالت كان في مهنة أهله فإذا حضرت الصلاة قام إلى الصلاة" (صحيح البخاري- الجزء الثامن- ص ٤١).

"عن عائشة قالت "جاءت امرأة ومعها ابنتان لها فسألتني فلم تجد عندي شيئاً غير تمرة واحدة فأعطيتها إياها فأخذتها فقسمتها بين ابنتيها ولم تأكل منها شيئاً ثم قامت فخرجت وابنتاها فدخل على النبي صلى الله عليه وسلم فحدثته حديثها فقال النبي ﷺ من ابتلى من البنات بشيء فأحسن إليهن كن له ستراً من النار"

(صحيح البخاري- الجزء الثامن- صفحة ١٧-١٨).

عن أبي هريرة ﵁ "أن الأقرع بن حابس أبصر النبي ﷺ يقبل الحسن فقال: إن لي عشرة من الولد ما قبلت واحدة فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم إن من لا يرحم لا يرحم" (صحيح البخاري- الجزء الثامن- ص ١٨).

"عن أسامة بن زيد رضي الله عنهما "كان رسول الله ﷺ يأخذني فيقعدني على فخذه ويقعد الحسن على فخذه الأخرى ثم يضمهما ثم يقول:

اللهم ارحمهما فإني أرحمهما" (صحيح البخاري- الجزء الثامن- ص ٢١).

الشرح والتفسير

أعلن الإسلام صراحة الخطوط المنظمة التعامل الأفراد ومسئولياتهم ويمكن تلخيصها فيما يلي:

١) الإحسان إلى الوالدين نوع من عبادة الله.

٢) كلمة "الرحم" مشتقة من كلمة الرحمن أحد أسماء الله. ويحث الإسلام على وصل الأرحام وخاصة من جانب الأم. ومن أجل هذا كانت للأم منزلة خاصة في الإسلام. وعلى الأبناء رعاية أمهاتهم رعاية خاصة وإحاطتهن بالحب والرحمة والاحترام والعطف عندما يبلغن الكبر.

٣) وكما أن على الوالدين مسئولية تجاه أولادهم فإن على الأبناء أن يكونوا رحماء بوالديهم عندما يبلغون الكبر. وحتى إذا كان الوالدان لا يؤمنان بالله كما يؤمن الأبناء فإن على الأبناء أن يصاحبوهما بالمعروف رغم ذلك.

٤) على كل مسلم مسئولية يحملها. فالأب عليه أن يرعى الأسرة ويدعمها مادية وعاطفية وأن يربي أولاده على المبادئ الإسلامية حتى يتسنى لهم حمل المسئولية عندما يكبرون وعلى الأم أن ترعى أولادها.

٥) العلاقة بين الزوج والزوجة ينبغي أن تبني على المودة والرحمة.

٦) وإذا تعذر استمرار الحياة بين الزوجين فإن الطلاق هو العلاج رغم أنه أمر بغيض.

٧) وفي حالة وقوع الطلاق على الزوج أن يكون رقيق المعاملة لين الطبع

وعلى النساء أن يبقين في بيوتهن (آملين أن يراجع الأزواج أنفسهم فيما يتعلق بالطلاق وأن يستمروا في حياتهم الزوجية).

٨) ويجب على المرأة المطلقة أن تفي العدة قبل أن تتزوج من رجل آخر وإذا كانت حاملاً وجب عليه ألا تتزوج قبل أن تضع حملها.

٩) وطالما أن السيدة ترضع طفلها فان على والد الطفل أن يتكفل بها (في حالة وقوع الطلاق) أو أن يستأجرها إحدى المرضعات.

١٠) المال والبنون زينة الحياة الدنيا ولكن العمل الصالح أفضل وأبقى.

١١) المعونة وحسن المعاملة تجاه المحتاجين والجيران واليتامى وأصدقاء الوالدين وابن السبيل هما السبيل إلى مرضاة الله.

١٢) إطعام الفقير والإنفاق المال في الخير هما من الأعمال الصالحة.

١٣) إظهار الحب للأطفال أمر لازم.

١٤) ينبغي أن يعم العدل والسلام بين الناس.

١٥) ينبغي مراعاة النظام في المجتمع ولذا فان محاربة السرقة والاغتصاب والقتل وكل صور الفساد الاجتماعي أمور واجبة ويرسم الإسلام خطوط العلاقات بين الناس سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، وبعبارة أخرى يبين الإسلام الحقوق والواجبات.

المناقشة

يعد أمراً صعباً للغاية أن نحدد في فصل واحد التعاليم الخاصة بالصحة العقلية في الإسلام. ذلك أن صحة الفرد عقلية تعد في الإسلام من الأمور

البالغة الأهمية. والإنسان ليس مجرد مخلوق قصد به استكمال صورة الكون، ولكنه خلق من أجل نفع هذا الكون فقد ذكر "صديقي" Siddiqui" أن الإسلام منذ الوهلة الأولى لم ينظر إلى الإنسان كغيره من الكائنات، بل خلع عليه مسئولية خلافته في الأرض[(١)]. ولقد

اعتمد في شرحه على الآية الكريمة:

{وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ} (سورة البقرة، آية ٣٠)

ومن الواضح أن هناك اختلافاً بين الأيديولوجية الإسلامية تجاه تقييم الإنسان وبين الأيديولوجية الغربية التي تعتبر الإنسان مجرد حيوان عاقل (وقد تم استعراض هذا بالتفصيل في الفصل الخامس الذي تناول موضوع تطور الأجنة).

ومن أجل تحقيق الوقاية الأولية للصحة العقلية، يجب أن تؤخذ العوامل الاجتماعية الثقافية بعين الاعتبار. كما ينبغي أن تؤخذ أيديولوجية المجتمع في الحسبان. فإن أي نظرية تطرح للتطبيق في مجال الصحة العقلية يجب– لكي يقدر لها النجاح– ألا تتعارض مع أيديولوجيات وعقائد المجتمع. والمجتمعات الإسلامية تبني أيديولوجياتها على الإيمان القوي بوجود الله ولذا فإن طرح أي نظرية تتعارض مع المعتقدات الإسلامية أمر لا يمكن أن يكتب له النجاح.

---

(١) "التفسير والفلسفي للتاريخ" ص ١١٨ Siddiqui A. H.

ولذلك ينبغي أن نطور الوقاية الأولية للصحة العقلية وأن ندعمها داخل إطار من العقائد الإسلامية. وتقوم المفاهيم والعقائد الغربية بصفة عامة على الفكر الفردي الذي لا يؤمن بوجود الله. ولذا فإن معظم الأيديولوجيات الغربية هي في حقيقتها نتيجة للارتداد عن الدين.

ويعمل الإسلام على إرساء الأنماط والأخلاقيات التي تبني الضمير القوي الذي يعتمد أول ما يعتمد على وجود الله وهذا الاعتقاد يدفع الفرد إلى أن يقيم أعماله من منطلق ما يرضى الله وما لا يرضيه (وهذا بالنسبة للمؤمنين). وهذا الأمر يؤدي إلى استقرار ما يمكن أن يطلق عليه "مراقبة الله للعبد" التي تحدد إطار السلوك الإنساني. ويعد التعامل بين الأفراد بمثابة المحك العملي للضمير وللأخلاقيات، واكتساب معايير أخلاقية مقبولة يمكن تطبيقها بالنسبة للأفراد والمجتمع ككل يعتبر وضعاً مثالياً تسعى إليه كل المجتمعات. وتكمن المأساة الكبرى عندما يصبح المجتمع مجالاً التجريب العديد من النماذج العقائدية. وتصبح النتيجة هي اضطراب الأجيال الجديدة التي لم تبلغ المستوى الإدراكي الذي يؤهلها لاختيار ما يصلح لها لإتباعه. وكل ما تفعله هذه الأجيال هو إتباع وقبول ما يعن لها كجزء من ممارسة حريتها. ويؤدي الصراع في مثل هذه المجتمعات إلى مشاكل خطيرة بدءا بفساد العلاقة بين الوالدين والأبناء.. ثم تدرجاً بظهور جرائم الاغتصاب والقتل وغيرها من أنواع الاضطراب الذهني.

وقد حاول علماء النفس الاجتماعيون وعلماء الأجناس والسلوكيات دراسة العوامل التي تؤثر على الأفراد وعلى صحتهم العقلية. وقد تؤدي التغيرات السريعة التي تحدث في المجتمعات، مثل سرعة التحول إلى الصناعة

أو أن يغير الفرد ظروفه البيئية، إلى عدم القدرة على المواءمة.. والتكيف بالنسبة للسلوك الإنساني في المجتمعات المتغيرة يتطلب زمنا أكبر، الأمر الذي يخلق المخاوف والضغوط النفسية.

وقد يحدث الاضطراب الذهني عندما يفشل الفرد في الوفاء بدوره الاجتماعي المتوقع. وأهم ما يعني الدول المتقدمة هو حماية مصالح المجتمع.

فهذا هو الهدف الأساسي ثم تأتي مصلحة الفرد في المرتبة الثانية، وتعد هذه هي الأيديولوجية السائدة في الدول المتقدمة الشرقية والغربية على حد سواء. ولكن العقيدة الإسلامية تضع الفرد في المرتبة الأولى وتعتبره اللبنة الأساسية في بناء المجتمع.

إن هذا لا يعني أن الدول الإسلامية لا يوجد بها أناس يعانون من الاضطراب العقلي. فهذه ليست نقطة المناقشة. ولكن ما يعنينا مناقشته في هذا الفصل هو ما تستطيع التعاليم الإسلامية أن تفعله لبناء الوقاية الأولية من الاضطرابات العقلية.

ويتضح من التعاليم الإسلامية التي تم اختيارها، أنه يمكن استخلاص النموذج أو المعيار من الأخلاقيات والسلوكيات المستقاة من هذه التعاليم. وقد يؤدي وجود مثل هذه المثل التي يمكن للأفراد اتباعها وللمجتمع أن يقبلها إلى إرساء القواعد والأسس القوية للوقاية الأولية في مجال الصحة العقلية.

ويتضح من التعاليم الإسلامية التي تم اختيارها، أنه يمكن استخلاص النموذج أو المعيار من الأخلاقيات والسلوكيات المستقاة من هذه التعاليم

. وقد يؤدي وجود مثل هذه المثل التي يمكن للأفراد اتباعها وللمجتمع أن يقبلها- إلى إرساء القواعد والأسس القوية للوقاية الأولية في مجال الصحة العقلية.

ولقد ذكر "Schwab and Schwab" أن: الضمير هو إحساس الفرد بذاته كأحد المنتمين للهيئة الاجتماعية بتقاليدها ومعاييرها وأيديولوجياتها. ويمكننا اعتبار ذلك كعامل من عوامل التعرف التلقائي للفرد داخل العديد من الفئات الاجتماعية"[١]. ونظراً لأن الضمير يتحكم في التصرفات التي تعد وسائل التعبير عن الشخصية، ولأن هذا هو نفس الموقف عند تقييم أي تصرف فإن المسلم الصحيح الإيمان الذي وطد ضميره على خشية الله من خلال عبادته، سوف ينعكس ذلك على تصرفاته الإسلامية تجاه الآخرين وسوف يصبح ذلك هو الهوية المميزة له.

الملخص

يجب على البلدان والمجتمعات الإسلامية أن تعي بعناية فائقة الدروس التي مرت من خلال المجتمعات الأخرى. وعلى هذه الدول أن تدرس المفاهيم الإسلامية وحكمتها فيما يتعلق بالعلوم الإنسانية. ولما كان الإسلام قد اعتبر الإنسان خليفة الله في الأرض، فإن على الإنسان أن يسمو بنفسه كي يصل إلى ما يجعله جديرة بهذه الخلافة. ويعاني الغرب من أيديولوجيات عديدة جاءت نتيجة الاعتماد على الفكر الآدمي الذي يختلف باختلاف معتقدات المفكرين. وفي استطاعتنا من مطالعة التاريخ أن

(١) الجذور الاجتماعية- الثقافية للأمراض العقلية" Schwab, J.J, Schwab. بحث عن الانتشار الوبائي ص ٣١٧.

نقف على الكيفية التي تطورت بها تلك النظريات وتحت أى ظروف نشأت. والمشكلة ليست في إيجاد النظرية. ولكن عندما يتبنى المجتمع نظرية ما، فإن نتائج هذه النظرية إذا ما تعارضت مع أيديولوجية المجتمع لا يمكن تغييرها بسرعة.

ويتحتم على الدول الإسلامية أن تبنى النموذج الاجتماعي للسلوكيات والأخلاقيات المستقاة من القرآن والسنة. ويجب على برنامج التربية الصحية المتعلق بالصحة العقلية أن يتبع المفاهيم والأخلاقيات الإسلامية طالما أن هذا البرنامج سوف يدرس للمسلمين.

الفصل السادس

الطعام ونظم الغذاء

الطعام عنصر هام للصحة ولصالح كل كائن حي. ويحث الإسلام على إطعام المحتاجين كجزء من عمل الخير، وكسبيل إلى طلب مغفرة الله بعد اقتراف ذنب ما كما هو معروف في بعض الكفارات أو طلبًا لمرضاته. والطعام نعمة عظيمة من نعم الله ولذا فإن استهلاكه وتناوله يجب أن يتم بحكمة ويجب ألا نسرف في استهلاك الطعام أو أن نتلفه.

وقد قسمت التعاليم الإسلامية المتعلقة بالطعام إلى الأقسام التالية لخدمة أغراض المناقشة:

١- المحرمات والمحللات.

٢- عادات الطعام وأنواع نظم الغذاء.

٣- النشاط والراحة النوم.

ويؤثر الطعام ونظم الغذاء في الأفراد إيجابًا وسلبًا اعتمادًا على الكمية أو النوعية المستهلكة.

١- الحلال والحرام

وكما هو الحال بالنسبة لباقي المحرمات، فقد حرص الإسلام على وضع حد فاصل بالنسبة للمسلمين يجب عليهم ألا يتعدوه. وقد كانت مهمته ﷺ في مثل هذه الحالات القبول والشرح.

﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلاَّ مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ.....﴾ (سورة المائدة آية ٣).

﴿يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَمَا عَلَّمْتُمْ مِنْ الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِينَ تُعَلِّمُونَهُنَّ مِمَّا عَلَّمَكُمْ اللَّهُ فَكُلُوا مِمَّا أَمْسَكْنَ عَلَيْكُمْ وَاذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ، الْيَوْمَ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَطَعَامُ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ حِلٌّ لَكُمْ وَطَعَامُكُمْ حِلٌّ لَهُمْ...﴾ (سورة المائدة آية ٤ و٥).

﴿إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ وَمَا أُهِلَّ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلا عَادٍ فَلا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ (سورة البقرة آية ١٧٣).

﴿فَكُلُوا مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ إِنْ كُنتُمْ بِآيَاتِهِ مُؤْمِنِينَ، وَمَا لَكُمْ أَلاَّ تَأْكُلُوا مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَقَدْ فَصَّلَ لَكُمْ مَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ إِلاَّ مَا اضْطُرِرْتُمْ إِلَيْهِ وَإِنَّ كَثِيراً لَيُضِلُّونَ بِأَهْوَائِهِمْ بِغَيْرِ عِلْمٍ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِالْمُعْتَدِينَ﴾ (سورة الأنعام آية ١١٨ و١١٩).

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلا تَعْتَدُوا إِنَّ

اللَّهَ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ، وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمْ اللَّهُ حَلالاً طَيِّباً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ﴾ (سورة المائدة آية ٨٧ و٨٨).

﴿وَظَلَّلْنَا عَلَيْكُمْ الْغَمَامَ وَأَنزَلْنَا عَلَيْكُمْ الْمَنَّ وَالسَّلْوَى كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَمَا ظَلَمُونَا وَلَكِنْ كَانُوا أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ﴾ (سورة البقرة آية ٥٧).

﴿وَمِنْ الأَنْعَامِ حَمُولَةً وَفَرْشاً كُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمْ اللَّهُ وَلا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ﴾ (سورة الأنعام آية ١٤٢).

﴿..وَإِنَّ لَكُمْ فِي الأَنْعَامِ لَعِبْرَةً نُسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبَناً خَالِصاً سَائِغاً لِلشَّارِبِينَ، وَمِنْ ثَمَرَاتِ النَّخِيلِ وَالأَعْنَابِ تَتَّخِذُونَ مِنْهُ سَكَراً وَرِزْقاً حَسَناً إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَةً لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ، وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنْ اتَّخِذِي مِنْ الْجِبَالِ بُيُوتاً وَمِنْ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ، ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلاً يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (سورة النحل آية ٦٦ و٦٧ و٦٨ و٦٩).

﴿وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ جَنَّاتٍ مَعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفاً أُكُلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهاً وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (سورة الأنعام آية ١٤١)

﴿فَلْيَنْظُرْ الإِنسَانُ إِلَى طَعَامِهِ، أَنَّا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبّاً، ثُمَّ شَقَقْنَا الأَرْضَ شَقّاً، فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبّاً، وَعِنَباً وَقَضْباً، وَزَيْتُوناً وَنَخْلاً، وَحَدَائِقَ غُلْباً، وَفَاكِهَةً

وَأَبّاً، مَتَاعاً لَكُمْ وَلأَنْعَامِكُمْ ﴾ (سورة عبس آية ٢٤-٣٢)

"عن جابر بن عبد الله أنه سمع رسول الله ﷺ يقول عام الفتح وهو بمكة أن الله ورسوله حرم بيع الخمر والميتة والخنزير والأصنام فقيل يا رسول الله أرأيت شحوم الميتة فإنه يطلى بها السفن ويدهن بها الجلود ويستصبح بها الناس. فقال "لا هو حرام" ثم قال رسول الله ﷺ عمد ذلك قاتل الله اليهود إن الله عز وجل لما حرم عليهم شحومها أجملوه ثم باعوه فأكلوا ثمنه"[١].

عن عبد الله بن عباس "أخبر أن رسول الله ﷺ مر بشاة ميتة فقال: هلا إستمتعم بإهابها قالوا إنها ميتة قال إنما حرم أكلها" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ٢٣٣).

الشرح والتفسير

هناك مقاييس ونوعية معينة للطعام الذي يستهلكه الإنسان من وجهة النظر الإسلامية، يمكن تلخيصها على النحو التالي:

١) أكل الحيوانات الميتة والدم من المحرمات.

٢) تم على نحو دقيق تحديد المحرم والمحلل فيما يتعلق بأكل لحوم الحيوان والاستفادة من المنتجات الأخرى المأخوذة منها.

٣) يحل للمسلمين أكل لحم الحيوانات العشبية "ذات الحافر والتي تمضغ وتجتر الطعام" بينما يحرم الإسلام أكل لحم الحيوانات آكلة اللحم

(١) صحيح مسلم ص ٦٩٠٢ الجزء الأول.

وكذلك لحم الخنزير.

٤) كل النباتات حلال أكلها للإنسان إلا ما كان غير مستساغ، وهذا متروك لحكم الفرد رغم أن القرآن جاء فيه ذكر بعض الأمثلة للحبوب والفاكهة.

٥) يجب أن يذكر اسم الله عنج ذبح الحيوانات المحلل أكل لحمها شرط اكتمال حلالها. وفي حالة تعذر ذلك فيمكن أكل طعام أهل الكتاب (يهود أو مسيحيين) إلا ما نص على تحريمه في القرآن.

٦) بالنسبة لمن اضطروا لأكل هذه المحرمات لعدم علمهم أو في الحالات الطارئة فسوف يغفر لهم الله بإذنه.

٧) كذلك حرم الإسلام الحيوانات التي ماتت منخنقة أو من آثار الضرب أو التي وقعت من مكان عال أو نطحت بالقرن (النطيحة) أو التي أكلت منها الحيوانات الضارية إلا ما تم ذبحها في وقت مناسب وذكر اسم الله عليها وسال دمها بعد ذبحها.

٨) حلل أكل الحيوانات التي تقنصها حيوانات وطيور القنص المدربة مثل الصقور وكلاب الصيد شريطة أن يذكر اسم الله عندما يطلق الحيوان لإقتناص الفريسة.

٩) عسل النحل غذاء وفيه شفاء للناس.

المناقشة

الغذاء هو الطاقة التي تبقى على الإنسان حيًا. ويمد الغذاء الإنسان بالقوة اللازمة لتنفيذ الأنشطة البدنية والحيوية (البيولوجية) والعقلية.

بالإضافة إلى فقد يكون في الطعام صيانة الحياة وعلاج الإنسان وقد يكون مصدر خطر على الصحة إذا أفرط فيه والأحاديث النبوية الشريفة تكفلت ببيان هذه المسألة.

ومنذ بدء التاريخ حاول الإنسان أن يكتشف الأسرار وراء الأصناف المختلفة من الطعام. وكان ذلك من خلال، ملاحظة الأثر الذي يبدو على من يتناول هذا النوع إنسانًا كان أو مخلوقًا آخر، أو عن طريق بتجربة الآخرين. ومن ذلك بدأ الإنسان يرسم لنفسه خطوط الممنوعات والمحظورات.

ويعد التلمود أول سجل يتضمن قائمة بالمحرمات. وتلي اليهودية والمسيحية والإسلام، وهي الديانات السماوية الثلاثة المنزلة من مصدر واحد. وهنا قد يثور التساؤل كيف أن ما يعد محرمًا على اليهود والمسلمين غير محرم على المسيحين. هل أكل المسيح لحم الخنزير أبدًا؟ إن هذه الدراسة لن تجيب على مثل هذا السؤال.

ونلاحظ أن ما حرم أكلة من طعام هي لحوم أنواع معينة من الحيوانات وبعض ما يؤخذ من هذه الحيوانات. ويرجع تحريم أكل لحوم الحيوانات الميتة إلى:

١- أن موهّا قد يكون نتيجة مرض ما وبالتالي فإن تناول لحم مثل هذه الحيوانات يصبح ذا تأثير ضار وخطير على الصحة.

٢- دم الحيوانات الميتة يلوث لحمها.

٣- لا أحد يعلم الوقت الذي تبدأ فيه الكائنات الحية الدقيقة نشاطها

ليصبح اللحم فاسدًا.

٤- هناك فاق كبير بين الحيوان المذبوح والحيوان الميت. إن في استطاعتنا معرفة الحالة الصحية للحيوان قبل ذبحة وبالتالي يمكننا الحكم بأن لحم هذا الحيوان يكون قابل للأكل أو ضار بالصحة.

ومراقبة الحالة الصحية للحيوان ليست بطريقة دقيقة أو جازمة. من أجل هذا فإن العلم والتكنولوجيا في المجتمعات الحديثة أصبحت في خدمة صحة الإنسان. وهناك عناصر معينة ينبغي اتباعها بالنسبة لملاءمة اللحوم من الناحية الصحية. وقد أشار "**Miller**" إلى هذه العناصر بالفحص الذي يسبق الوفاة والفحص الذي يعقب الوفاة، إعادة الفحص، مراعاة القواعد الصحية، مصادرة اللحوم غير الصالحة والتخلص منها، تلافيًا للغش والعرض الخادع[١].

ومازالت هذه العناصر تتبع حتى يومنا هذا. ونظرًا لسهولة تعرض الأنعام والأغنام والخنازير للعدوي بالأمراض الطفيلية الخارجية والداخلية، فإن ذلك يستلزم إجراء مزيد من الفحوص لحماية صحة الإنسان. ويمكن عن طريق الفحص المجهري تحديد نوع العدوى والطفيل المسبب لها.

ويحرم الإسلام أكل لحم الخنزير، وأكثر أسباب التحريم وضوحًا هو أن الخنازير حيوانات قذرة. والخنازير أن تأكل كل ما تصادفه. وقد يكون ذلك لصالح مربي الخنازير إذ أن تكلفة التربية بغرض إنتاج اللحم تقل عن تكلفة تربية الحيوانات الأخرى التي تربي لذات الغرض. وفي واقع الأمر،

---

(١) "المراقبة الصحية للحم" ص ٢٨-٢٩ .Miller, A. R

فإن الخنازير تعد طريقة اقتصادية للغاية لتحويل المخلفات إلى بروتينات.

ولقد شرح "أولسن" **Olsen** دورة الحياة والبيئة الخاصة بدودة لحم الخنزير التي تصيب الإنسان، فقال:

تعرف التينا سوليم "**Taenia solium**" بالدودة الشريطية للخنزير والتي تصيب الإنسان. وتتواجد الدودة البالغة النمو في الإنسان فقط. بينما تتواجد في لحم الخنزير عل صورة يرقات (كيسية) ولكن قد توجد اليرقات في الآدميين المصابين بالديدان البالغة. وعندما يؤكل لحم الخنزير نيئًا أو غير تام الطهي وتترك مخلفات الإنسان للخنازير لتأكلها فإن هذا يشكل مرتعًا لانتشار هذه الديدان(١).

وقد ناقش "**Olsen**" أيضًا الديدان الشريطية في لحم الأبقار وأكد ما يلي:

حيث أننا لا نستطيع التمييز بين النوعين على أساس التفريق بين بيض كل من الدودتين فأننا لا نستطيع معرفة أيهما الموجود، ورغم ذلك فإن التينا ساجيناتها هي الأكثر انتشارًا في الولايات المتحدة(٢).

إن هذا لا يعني أن لحم البقر أكثر تهديدًا لصحة الإنسان. إذ أن كلا من لحم البقر والخنزير يعتبران بمثابة عائلين أكيدين لهذا الطفيل. ورغم عدم اعتماد الأبقار على الفضلات في غذائها إلا أن العدوى تحدث نتيجة لتعرض الغذاء للطفيليات المسببة للمرض. والفضلات ليست هي هدف

(١) "طفيليات الحيوان" حياتها وظروفها البيئية ص ٣٤٨- ٣٥٠ Olsen O.W.

(٢) المرجع السابق

الأبقار. وهذا الفرق في أسلوب الغذاء هو السبب الرئيسي وراء القابلية الكبيرة لإصابة الخنازير بأنواع كثيرة من الطفيليات.

وفي الولايات المتحدة وغيرها من الدول الرأسمالية حيث التكلفة والربح هما نقطتا التركيز بالنسبة لاتجاه الفرد، فإن الناس يحاولون تخطي المشاكل بأقل خسارة ممكنة. من أجل هذا فإن تربية الخنازير تعد صناعة كبرى وخاصة إذا كان معدل استهلاك البلاد يعتبر عاليًا إذا ما قورن بالاستهلاك العالمي، حيث تكثر الفضلات بشكل كبير. ومع وجود مشكلة التضخم فإن الدول تسعي إلى إعادة التوازن الاقتصادي.

وليست الدودة الشريطية هي الطفيل الوحيد الذي يمكن أن يتم انتقاله عن طريق تناول لحم الخنزير. بل إن الخنازير تعد عائلًا للعديد من الطفيليات الداخلية والخارجية. وتعد إجراءات الوقاية والسيطرة على هذه الطفيليات أمرًا صعبًا ومكلفًا. ورغم ذلك فإن إتباع مثل الإجراءات لن يجعل الخنازير خالية منح الطفيليات إذ أن عادة الخنازير في التغذية لن تتغير.

ويمكننا أن نلخص تقريرًا لوزارة الزراعة الأمريكية(١) فيما يلي:

أ) قد توجد الطفيليات الداخلية في جميع أجزاء جسم الخنزير.

ب) قد يؤدي نوع واحد من الطفيليات إلى الإصابة الشديدة وعادة ما يعول جسم الخنزير العديد من الطفيليات.

ج) قد لا تبدو على الخنازير المصابة آثار مرضية ظاهرة.

---

(١) مركز خدمات الأبحاث الزراعية "الوقاية والسيطرة من الطفيليات الداخلية في الخنازير" ص ٣

وقد تضمن التقرير العديد من التوصيات للسيطرة على الإصابة بالطفيليات والوقاية منها، والتي يجب على الزرع إتباعها لتحقيق أعلى درجات الفائدة ولكن ذلك أيضًا لا يعني أن النزير سوف يصبح خاليًا من الطفيليات.

وقد ذكر "**Lindquist**":

تعد الإصابة بديدان التريكينلا "**Trichinella**" مشكلة صحية عامة. وقد قدر أن ١٠%– ٢٠% من تعددانا مصاب بها، ومع ذلك فإن هذا العدد لا يتضمن الحالات الإكلينيكية. ورغم ذلك فإن الانتشار الوبائي يحدث مسببًا أضرارًا صحية كبيرة، وقد يؤدي إلى الوفاة أيضًا. وفي استطاعتنا بل واجب علينا أن نمنع حدوث ذلك. ولقد أدت التربية والتوعية العامة، فيما يتعلق بالاستهلاك السليم لمنتجات لحم الخنزير ومنع تغذية الخنازير بالفضلات إلى التأثير بصورة أساسية على حالات الإصابة بالطفيليات.

ولا يمكن بسهولة الاحتفاظ بالخنازير بعيدة عن الإصابة بالديدان. ولكن باستطاعتنا التحكم في الطفيليات لتفادي الخسارة الفادحة التي تتعرض لها حياة الإنسان والحيوان(١).

ولحم الخنزير لا يقتصر على نقل العدوى للإنسان فقط، ولكنه أسهل عرضة للتلوث والفساد من أي لحم آخر.

---

(١) أمراض الخنزير: سيستودا، تريماتودا، النيماتودا،
Lindquist W. D.,
Nematodes, Acanthocepholids, Trematoodes and Cestodes

وقد جاء في تقرير إدارة الأغذية والعقاقير حول السالمونيلا في اللحم غير المطهي ولحوم الدواجن:

اللحم ولحم الدواجن من الأطعمة ذات القابلية لحمل السالمونيلا إذ أن الحيوانات تصاب عادة بالبكتريا. وبالرغم من أن السالمونيلا قد تموت أثناء الطهي إلا أن السالمونيلا الموجودة في اللحم ولحم الدواجن التي تجلب إلى المنزل قد تؤدي إلى انتشار العدوي أثناء التداول إلى الأطعمة الأخرى التي لا تطهي عادة، أو إلى الأواني المنزلية[١].

وقد أصبح التقرير أن ثلاث عينات ضمن عشرين عينة من لحم الخنزير كانت ملوثة. بينما لم توجد عينة واحدة ملوثة من بين الإحدى وسبعين عينة من لحم الأبقار التي تم فحصها[٢].

ولإجراء مقارنة بين لحوم الأبقار والعجول والأغنام والخنزير وبين المنتجات الأخرى ينبغي أن نضع في اعتبارنا عدة نقاط:

أ) كل هذه الحيوانات عرضة للطفيليات ولكن طريقة الخنازير في طعامها تجعلها بالتأكيد أكثر تعرضًا للإصابة بالعديد من الطفيليات الداخلية والخارجية.

ب) طرق إعداد طهي لحم الخنزير والمنتجات المأخوذة منه تزيد من احتمالات الإصابة.

ج) تحتوي لحوم الخنازير على نسبة أكبر من الدهون داخل أنسجتها

---

(١) وزارة الزراعة الأمريكية "التسمم السالمونيلي في اللحم غير المطهي ولحم الدواجن: تقيم للمشكلة" ص ١١.

(٢) المرجع السابق صفحة ٥.

العضلية، من لحوم الحيوانات الأخرى. وقد يؤدي ذلك إلى ظهور العديد من المشاكل الصحية التي تنتج عن زيادة الكوليسترول وزيادة الوزن والسمنة.

لا شك أن تحريم لحم الخنزير بالنسبة للمسلمين هو نعمة وبركة إذ أن أغلب الدول الإسلامية تعتبر دولًا نامية حيث تكون الظروف الصحية المحيطة دون المستوى المرضي بكثير. وتربية الخنازير في مثل تلك الظروف البيئية سوف يؤدي لا محالة إلى العديد من المشكلات الصحية. بالإضافة إلى ذلك فإن الغذاء المحتوى على نسبة عالية من الدهون لا يتناسب مع المناخ الحار.

وتمد المملكة النباتية الإنسان بالعديد من الأصناف لاستهلاكه. وقد ترك الإسلام حرية الاختيار للفرد، تلك الحرية التي حددتها الآية الكريمة ﴿كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلا تَطْغَوْا فِيهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِي وَمَنْ يَحْلِلْ عَلَيْهِ غَضَبِي فَقَدْ هَوَى﴾ سورة طه آية ٨١. لذا فإن الإنسان حر في أن يأكل أي نبات طالما أنه يعود عليه بالنفع.

الملخص

الدم والحيوانات الميتة (التي ماتت نتيجة نفوق طبيعي، أو نتيجة للصراع بالنطح، أو السقوط من مكان عال) وغير ذلك مما لم يذكر اسم الله عليه عند ذبحه يعد محرمًا. ويعد لحم الخنزير وكل ما ينتج منه محرمًا. فمن المعروف أن الخنازير تتغذي على القمامة وعلى كل ما يصادفها. وقد يبدو عملًا مريحًا أن تحول الفضلات إلى بروتين.

يحل للمسلمين أكل لحم الحيوانات آكلة العشب والدواجن والأسماك، ويجب ذكر اسم الله عند ذبح هذه الحيوانات حتى تكتمل أركان تحليلها، ويحل أكل لحم السمك وحيوانات البحر (في حالة موتها بعد صيدها).

ويمكن للمسلمين الاعتماد على حكمهم الشخصي في اختيار أنواع الطعام من بين النباتات. وكل نبات صحي ومغذ يمكن للإنسان أن يأكله.

٢- عادات الطعام وأنماط الغذاء

تعتبر التعاليم التالية قواعد يمكن للأفراد أن ينموا على أساسها عادات الطعام والغذاء السليم.

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمْ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ، أَيَّاماً مَعْدُودَاتٍ فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْراً فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنتُمْ تَعْلَمُونَ، شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِنْ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ فَمَنْ شَهِدَ مِنْكُمْ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَنْ كَانَ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمْ الْيُسْرَ وَلا يُرِيدُ بِكُمْ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ (سورة البقرة آية ١٨٣ و١٨٤ و١٨٥).

﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (سورة الأعراف آية ٣١).

عن أبي هريرة رضي الله أن رسول ﷺ قال:

"الصيام جنة فلا يرفث ولا يجهل وإن امرؤ قاتله أو شاتمه فليقل إني صائم مرتين والذي نفسي بيده لخلوف فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك يترك طعامه وشرابه وشهوته من أجلي الصيام لي وأنا أجزي به والحسنة بعشرة أمثالها" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ٦٥- ٦٦).

"عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ من لم يدع قول الزور والعمل به فليس لله حاجة في أن يدع طعامه وشرابه" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ٧٠- ٧١).

عن سهل بن سعد أن رسول الله صلي عليه وسلم قال: "لا يزال الناس بخير ما عجلوا الفطر" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ١٠٢).

"عن أبي هريرة قال "ما شبع آل مُحَمَّد صلي الله عليه وسلم من طعام ثلاثة أيام حتى قبض" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٢٢٠).

عن عبد الرحمن بن أبي بكر رضى الله عنه قال: "كنا مع النبي صلى الله عليه وسلم ثلاثين ومائة فقال النبي ﷺ هل مع أحد منكم طعام فإذا مع رجل صاع من طعام أو نحوه فعجن ثم جاء رجل مشرك مشعان طويل بغنم يسوقها فقال النبي ﷺ أبيع أم عطية أو قال هبة قال بل بيع قال فأشتري منه شاه فصنعت فأمر نبي الله ﷺ بسواد البطن يشوي وأيم الله ما من الثلاثين ومائة إلا قد حز له حز من سواد بطنها إن كان شاهدًا أعطاها إياه وإن كان غائبًا خبأها له، ثم جعل منها قصعتين فأكلنا أجمعون وشبعنا

وفضل في القصعتين فحملته على البعير" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٢٢٥- ٢٢٦).

عن عائشة ﵂ قالت "توفي رسول الله ﷺ حين شبعنا من الأسودين: التمر والماء (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٢٢٦)

عن أبي هريرة ﵁ أنه قال: قال رسول الله ﷺ طعام الإثنين كافي الثلاثة وطعام الثلاثة كافي الأربعة" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٢٣١).

عن أبي هريرة ﵁ قال: قال رسول الله ﷺ يأكل المسلم في معي واحد والكافر يأكل في سبعة أمعاء" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٢٣٣).

عن سهل بن سعد قال إن كنا لنفرح بيوم الجمعة كانت لنا عجوز تأخذ أصول السلق فتجعله في قدر لها فتجعل فيه حبات من شعير إذا صلينا زرناها فقربته إلينا وكنا نفرح بيوم الجمعة من أجل ذلك. وما كنا نتغذى ولا نقيل إلا بعد الجمعة، والله ما فيه شحم ولا ودك. (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٢٣٧- ٢٣٨).

حدث أبو حازم أنه سأل "سهلًا هل رأيتم في زمان النبي ﷺ النقي؟ قال لا، فقلت كنتم تنخلون الشعير؟ قال لا ولكن كنا ننفخه" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٢٤١).

عن أبي هريرة ﵁ قال: "قسم النبي ﷺ يومًا بين أصحابه تمرًا فأعطى كل إنسان سبع تمرات فأعطاني سبع تمرات إحداهن حشفة فلم يكن فيهن أعجب

إلى منها شدت في مضاعفي" (صحيح البخاري– الجزء السابع– ص ٢٤١).

عن أبي هريرة قال: "ما عاب النبي ﷺ طعامً قط إن إشتهاه أكله وإن كرهه تركه" (صحيح البخاري– الجزء الثالث– ص ١١٣٧).

الشرح والتفسير

حب الطعام هو رغبة طبيعية تشبع حاجة هامة للغاية. ويعد الإسراف في الأكل أو الإقلاق فيه نقيضي غير مرغوب فيهما. ويجب أن يسعى كل فرد إلى تحقيق التوازن في الطعام الذي يتمثل في تناول القدر الذي يبقى على الإنسان صحيحًا ويفي باحتياجات الجسم. ولكن أن نعيش من أجل أن نأكل فهذا اتجاه معوج قد يؤدي إلى ظهور العديد من المشاكل الصحية.

وتوصي التعاليم الإسلامية المتعلقة بهذا الموضوع، المسلمين بما يعاونهم على تنمية عادات الطعام المتوازنة التي تقوم ليس فقط على إشباع الاحتياجات الجسدية للفرد ولكنها تجد أيضًا ما يدعمها روحيًا. ويمكننا حصر هذه التعاليم فيما يلي:

١) يمكنك أن تأكل وأن تشرب دون إسراف، فإن الله لا يحب المسرفين.

٢) صوم رمضان فرض على كل مسلم بالغ عاقل معافي وليس على سفر.
وعلى المرأة الحائض أو الحامل أو التي ترضع طفلها أن تصوم بعد إنقضاء السبب الذي أفطرت من أجله.

٣) على المرضى/ أو المسنين الذين لا يقدرون على صوم رمضان أو الصوم في أي وقت لاحق أن يطعموا فقيرًا عن كل يوم أفطروا فيه.

٤) يجب أن نشجع الأطفال على تنمية عادة الصوم.

٥) الصوم يعني كبح جماع شهوتي البطن والفرج خلال فترة النهار. ويحل للمسلم أن يستمتع بما هو محرم عليه أثناء صيامه من وقت غروب الشمس حتى طلوع شمس اليوم التالي.

٦) يجب على المسلمين أن يراقبوا تصرفاتهم على الدوام وأن يسعوا قدر طاقتهم إلى كسب رضاء الله في رمضان.

٧) كان النبي صلوات الله وسلامه عليه يفطر عند غروب الشمس على بضع تمرات أن وجد أو على شربة ماء. ثم يتجهد معظم ليله حتى يحين موعد السحور(قبل الفجر)، فيأكل ما تيسر له. وكان صلى الله عليه وسلم يواصل الصيام لعدة أيام. ولكنه أمر أتباعه بألا يفعلوا ذلك فهو ليس كمثلهم.

(وكان يقول لأتباعه إن الله يطعمني ويسقيني) ويمكننا ان نفسر ذلك بأن صلوات الله وسلامه عليه قد تسامي بعبادته لله إلى مرتبة عالية.

٨) من تطوع بالصيام في غير رمضان فثواب يوم الصيام بعشرة أيام. ولذا فإن من يصوم ثلاثة أيام في الشهر يثاب بثواب الشهر كله.

٩) كان النبي ﷺ لا يأكل حتى يجوع وكان ﷺ يأكل بكل الرضا ما تيسر له من طعام.

١٠) وبصفة عامة فإن إطعام المحتاجين وعابري السبيل يعد سبيلًا لنيل مرضاة الله سبحانه وتعالى.

المناقشة

يعتبر الطعام أمرًا أساسيًا للإبقاء على الإنسان وحمايته وشفائه واستمرار الحياة الإنسانية ولكنه قد يصبح في الوقت ذاته خطرًا بالغًا على الصحة.

وعلى الإنسان أن يلبي احتياجات ورغبات جسده، واضعًا في اعتباره تحقيق التوازن بين السعرات الحرارية التي يتضمنها الطعام وما يستهلكه جسده منها كهدف أمثل. وقد أجريت العديد من الدراسات لمعرفة مكونات وعناصر الأنواع المختلفة من الطعام وكيفية دخولها في عمليات البناء والهدم تحت مختلف الظروف. وينبغي أن تأخذ في الحسبان العوامل البيولوجية والظروف البدنية عند تقدير أو دراسة الاحتياجات الغذائية.

وينتج عن عدم التوازن بين ما يتناوله الفرد وما يحتاجه الجسم، العديد من المشاكل الصحية مثل نقص أحد العناصر الغذائية الرئيسية، وسوء التغذية، أو السمنة. وليست المشكلة بالبساطة التي تبدو عليها، لأن هناك العديد من العوامل المتفاعلة. ويعتبر وزن الجسم، ومقاومة أمراض معينة والقدرة على القيام بمهام الجسم اليومية والنمو الذهني، في الظروف الطبيعية، مظاهر ترمز إلى توازن الغذاء.

والمسألة لا تتعلق بكمية السعرات التي يتناولها الفرد فحسب، ولكنها ترتبط أيضًا بنوع الطعام الذي يتناوله الإنسان، إذ أن الجسم يحتاج إلى نظام غذائي متوازن يحتوي على عناصر الغذاء الرئيسية. وفي الحالات الطبيعية فإن نقص إحدى هذه المكونات يعني عجزًا في بعض عناصر

الطعام. وفي هذه الحالة فإن الحل يتمثل في تعويض هذا العنصر.

وإحدى مضار الحضارة على الإنسان هو تحويله من تناول الطعام الطبيعي إلى الطعام الصناعي. والكميات المضافة للطعام والأسمدة وإنتاج الطعام بالجملة كل ذلك قد عاد بالفائدة على الصناعة أكثر مما عاد بالفائدة على صحة الإنسان.

إن الوجبة المحضرة من مكونات طبيعية تعد اكثر نفعًا للصحة من الوجبة المصنعة. وأغلب الوجبات التي تعد للبيع تفقد جزءًا من قيمتها الطبيعية إنها طريقة لتحقيق ربح أكبر بالنسبة لصناعة الطعام.

إن النقاش لن ينتهي. متى وماذا نأكل؟ كيف ومتي يصبح الطعام وقاية من المشاكل الصحية؟ وكيف يصبح سببًا لهذا المشاكل؟

ويحث الإسلام على الأكل والشرب (تناول السعرات) دون إسراف (الإفراط في الطعام) واختيار الطعام من بين ما خلق الله من المأكولات من اللحوم والمحاصيل. وكان النبي ﷺ يأكل ما يتيسر له مما هو غير محرم. وكان الرضا وحمد الله على نعمته هما الشعور النفسي السائد عند تناول أي وجبة حتى ولو كانت بضع تمرات وشربة ماء أو شعير جاف أو خبز مغموس في المرق. وكان المسلمون الأوائل يعتبرون أن الأكل الذي يتشاركون فيه هو طعام تحل فيه البركة.

وما تزال عادات الطعام التي ذكرناها قابلة للتطبيق وتحتاج للعمل على تنميتها. ولقد أوصت لجنة مجلس الشيوخ بالولايات المتحدة الأمريكية إجراء بعض التغيرات التي يجب أن تتكيف مع نظم الغذاء الأمريكي.

وهذه التوصيات هي[1]:

١) الإقلال من الطعام (أي نقص السعرات التي يتناولها الفرد).

٢) الإقلال من استهلاك السكريات المكررة والمصنعة.

٣) الإقلال من استهلاك الدهون بصفة عامة.

٤) الإقلال من استهلاك الدهون المشبعة.

٥) الإقلال من استهلاك الكولسترول.

٦) الإقلال من تناول الأملاح.

٧) زيادة استهلاك الكربوهيدرات المركبة.

ولقد أثبتت الدراسات أن انتشار أمراض معينة في بعض المجتمعات يعزي إلى الإكثار من تناول بعض أنواع الطعام عنها في المجتمعات الأخرى مثل البدانة المنتشرة في الولايات المتحدة، وبعض أنواع السرطان في اليابان التي تختلف عن الأنواع المنتشرة في الولايات المتحدة، وبعض أنواع سوء التغذية المنتشرة في الدول النامية.

وعلى الفرد أن يتوصل إلى الوزن الأمثل من خلال مراقبة السعرات التي يتناولها والطاقة التي يبذلها. فإذا زاد ما يتناوله الإنسان عما يستنفذه من الطاقة فإن وزنه يزيد، ولكن إذا قلت الكمية التي يتناولها عن حاجة الجسم فإن النتيجة هي نقص وزن الجسم. وبعبارة أخرى فإن الفرق بين

---

(١) "هل ينبغي أن يسن قانون"؟ عدد ١٩٨٠ المجلة السنوية في الطب والصحة " Beverly, Winikoff" ص ١٣٥.

إجمالي الطاقة التي يفقدها الجسم وإجمالي الطاقة التي يتناولها الفرد يظهر ما إذا كان وزن الفرد يزيد أو ينقص.

وحتى نربي الفرد العادي ودون العادي على كيفية تناول الغذاء، ينبغي أن نؤكد على كمكية ونوع الطعام. وينبغي بالإضافة إلى ذلك أن نسعى إلى تنمية العادات الصحية في كيفية تناول الطعام.

والطريقة الطبيعية لتنمية عادات غذائية تبدأ من الصبا، فبينما تحال الدول المتقدمة الرجوع عن التقليد الخاص بإطعام الأطفال عن طريق الرضاعة الصناعية، نجد أن الدول النامية تسعى إلى استخدام هذه الطريقة. إن الرضاعة الصناعية لا يقتصر أثرها على تكوين عادات غذائية سيئة فحسب، ولكنها تزيد من احتمال حدوث مخاطر صحية(١).

لقد خلق الله اللبن الآدمي للصغار. فهو يتلاءم مع قدرة الأطفال على الهضم وخاصة إذا ما أرضعت الأم طفلها. إن لبن الأم بالإضافة إلى احتوائه على العناصر الغذائية التي يحتاجها الطفل فإنه يمده بالمناعة ضد أمراض معينة. والواقع أن الطفل عندما يرضع من ثدي أمه، فإنه يحصل على كفايته من الغذاء ويشعر بإحساس لا يمكن إيجاد البديل عنه. غن الرضاعة عن طريق الثدي هي إحدى الروابط التي تربط بين الطفل وأمه، وهي لا تشبع حاجات الطفل الجسدية فحسب، بل إنها تشبع الطفل والأم من الناحية العاطفية كذلك. ولقد ذكر "**Winick**" في تقريره: "لقد

---

(١) "البداية الصحية" في المجلة السنوية للطب والصحة لسنة ١٩٨٠ ص ١٠٠- ١٠٦ " Winick, "Myron

أظهرت عدة دراسات أن الأطفال الذين يطعمون بالطريقة الصناعية يكون أثقل وزنًا من الأطفال الذين يرضعون عن طريق أمهاتهم في نهاية العام الأول"[١]. ولقد تضمن تقريره المزايا والمضار بين طريقتي التغذية. وقد رجح التقرير الرضاعة الطبيعية عن الصناعية.

وما يعنينا في دراستنا هو كيفية تنمية عادات الغذاء الصحية. والأطفال الذين تتم تغذيتهم صناعيًا هم في الغالب بعيدون عن تحقيق هذا الهدف.

وعادات الغذاء، مثلها مثل باقي العادات ترجع إلى المعرفة والممارسة. وبالتالي فمن الممكن تنميتها. ومتى وماذا تأكل أمر مرده إلى العادات، جسمانية ونفسية. إن الطعام عند بعض الناس لذة وعند البعض الآخر حاجة وقد يعتبر الطعام مهربًا من الضغوط النفسية لأناس آخرين. وتبعًا للنظرة إلى الطعام، باعتباره لذة أو حاجة أو مهربًا، يقوم الفرد بتنمية عاداته في الطعام.

والصيام في الإسلام هو تحكم زمني يتم فيه استهلاك السعرات التي يتناولها الفرد. ومن الوجهة العلمية لا يعتبر الصيام برنامجًا للتجويع طالما أن الفرد يستطيع أن يتناول الكمية التي يحتاجها الجسم من السعرات في الوقت المصرح له فيه بذلك. ولقد تلاحظ أن معظم المسلمين يزيد وزنهم خلال شهر رمضان وهذا يتعارض مع الغاية التي استهدفها الإسلام من وراء الصوم. إن الصيام في الإسلام ليس عقابًا جسديًا ولكنه حقيقة وتدعيم للإرادة وللمقاومة الروحية من خلال التحكم في احتياجات الجسد ورغباته.

---

(١) المرجع السابق، ص ١٠١.

ويشهد شهر رمضان في معظم البلدان الإسلامية زيادة فيما يتناوله الأفراد من الطعام. ولذا فإن الحكومات تطرح في الأسواق في وقت سابق على بدء هذا الشهر منتجات وأصناف خاصة لتغطي احتياجات المستهلكين.

ويمكن أن يكون الصوم علاجًا ناجحًا ومجديً في حل بعض المشاكل الصحية مثل زيادة الوزن وبعض الأمراض وبالنسبة للأفراد الذين يعانون من مشاكل صحية يستطيع الطبيب أن يحدد ما إذا كان في الصوم خطر أم لا بالنسبة لحالاتهم. وبالنسبة لمن لا يقدرون على الصيام عليهم بإطعام المحتاجين بواقع عن كل يوم.

ومع بداية القرن العشرين أعتبر الصيام علاجًا لأمراض السمنة. ومنذ ذلك الحين | اجرى مزيد من الدراسات لتحديد أي الأساليب اكثر أمنًا.

ولقد أظهرت التقارير حول "الصوم والسمنة" أن نجاح أي برنامج للصيام يعتمد على:

(أ) نوع الصوم إذا كان صومًا كليًا أم صومًا جزئيًا.

(ب) هذه الأنواع من الصيام قد تسبب بعض الأخطار بالنسبة للمرضى.

(ج) طول فترة الصوم اللازمة لتنمية عادات غذائية صحية، تختلف من فرد إلى آخر[1].

وبعبارة أكثر بساطة، فإن السمنة هي نتيجة لتراكم السعرات الزائدة

---

(1) "الصيام والسمنة" المجلة الطبية البريطانية ١: ٦٧٣ يناير- مارس ١٩٧٨.

المتناولة عبر فترة طويلة من الوقت. ولتصحيح هذا الوضع يجب أن نتبع نفس المعادلة، مع السير بها في الاتجاه العكسي. ولذا فإن كمية السعرات التي يتناولها الفرد يجب أن تقل إلى الدرجة التي تدفع الجسم إلى أن يحرق ما هو مختزن في أنسجته. ويجب أن يتم ذلك تحت إشراف المتخصصين ولمدة طوية.

وتتلخص النتائج التي توصلت إليها دراسة " **Johnson and Drenik,s**"(١) فيما يلي:

أ) استطاع نصف عدد المرضى الصوم لمدة شهرين وتحمل ربع المرضى الصيام لأكثر من شهرين والربع الباقي لأقل من شهر.

ب) المجموعة التي لم تستطيع الصوم لكثر من شهر كانت إما غير قادرة على الثبات على نظام أو كانت تعاني من السمنة منذ الطفولة.

ج) كلما طالت فترة الصوم كلما زاد النقص في الوزن، وكلما أقترب الفرد من الوزن الطبيعي.

والصيام في الإسلام مزيج بين العبادة البدنية والعبادة الروحية. وهذا المزيج يستهدف تنمية عادة الفرد في التحكم في رغباته الجسدية والعاطفية.

الملخص

من الملاحظ في الدول النامية أن ما هو متاح للفرد العادي من السعرات الحرارية يقل عما يحتاجه من سعرات. وفي نفس الوقت فإن

---

(١) "الصيام العلاجي في حالات السمنة المرضية" "Johnson, Daisie, Drenick, E. J." "أرشيف الطب الباطني" ١٣٧: ١٣٨١ لعام ١٩٧٧.

المكونات الغذائية المتوازنة غير معروفة لدي الناس. ولذا فإن هناك حاجة لتلقين الناس كيف يختارون وجباتهم التي تشتمل على احتياجاتهم اليومية والتي تتناسب في الوقت ذاته حالتهم الاقتصادية.

٣- النشاط والراحة والنوم

يشكل النشاط الجسماني والراحة والنوم المزيج الرئيسي للصحة السليمة والقوة واللياقة البدنية. وفي الإسلام تندمج احتياجات الفرد مع احتياجات المجتمع. وهناك اعتقاد بأن المسلم القوى أقدر على الوفاء بمتطلبات دينه. وعلى العمل، وعلى أن ينفع نفسه وأسرته ومجتمعه. وترتبط التعاليم الإسلامية التالية بهذا الجزء من الدراسة.

﴿قَالَتْ إِحْدَاهُمَا يَا أَبَتِ اسْتَأْجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنْ اسْتَأْجَرْتَ الْقَوِيُّ الأَمِينُ﴾ (سورة القصص آية ٢٦)

﴿وَالْخَيْلَ وَالْبِغَالَ وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لا تَعْلَمُونَ﴾ (سورة النحل آية ٨)

﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتاً، وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاساً، وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشاً﴾ (سورة النبأ آية ٩ و١٠ و١١).

﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لِبَاساً وَالنَّوْمَ سُبَاتاً وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُوراً﴾ (سورة الفرقان آية ٤٧).

﴿حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلاةِ الْوُسْطَى وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ﴾ (سورة البقرة آية ٢٣٨).

عن أبي هريرة ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف" (صحيح مسلم- الجزء الرابع- ص ١٤٠١).

عن ابن عمر رضي الله عنهما "أن رسول الله ﷺ سابق بالخيل التي قد أضمرت من الحفياء وكان أمدها ثنية الوداع وسابق بين الخيل التي لم تضمر من الثنية إلى مسجد بنى زريق وكان ابن عمر فيمن سابق بها" (صحيح البخاري- الجزء الرابع- ص ٨٠).

عن ابن عامر يقول: "سمعت رسول الله ﷺ وهو على المنبر يقول وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ألا إن القوة الرمي ألا إن القوة الرمي ألا إن القوة الرمي" (صحيح مسلم- الجزء الثالث- ص ١٠٦٠).

عن عقبة بن عامر قال سمعت رسول الله ﷺ يقول: "ستفتح عليكم أرضون ويكفيكم الله فلا يعجز أحدكم أن يلهو بأسهمه" (صحيح مسلم- الجزء الثالث- ص ١٠٦٠).

عن عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "يا عبد الله ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل فقلت بلى يا رسول الله قال فلا تفعل صم وأفطر وقم ونم فإن لجسدك عليك حقًا وإن لعينك عليك حقًا وإن لزوجك عليك حقًا وإن لزورك عليك حقًا" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ١١١).

عن عائشة أن رسول الله ﷺ "كان يصلي بالليل أحد عشر ركعة يوتر منها بواحدة فإذا فرغ منها أضطجع على شقه الأيمن حتى يأتيه المؤذن فيصلي ركعتين خفيفتين" (صحيح البخاري- الجزء الثامن-ص ٢١٥- ٢١٦).

الشرح والتفسير

الإسلام في حاجة إلى المؤمنين الأقوياء جسديًا وروحيًا. وفي استطاعتنا أن نجمع التعاليم الإسلامية المتعلقة بالأنشطة الجسمانية فيما يلي:

١) القوة البدنية لازمة للوفاء بمتطلبات العبادة ومسئوليات الحياة.

٢) يعتبر الإسلام أن السعي لكسب العيش جزء من الإيمان.

٣) يوضح الإسلام أن الكون قد خلق على نحو للإنسان فرصته للراحة والنوم. فالنهار والليل يكونان اليوم. النهار معاش والليل سبات.

٤) كان النبي ﷺ ينام على جنبه الأيمن وكانت فترة الراحة التي يقضيها عبارة عن فترات نوم قصيرة بين صلاة وصلاة. وفي الظهيرة في أيام القيظ.

المناقشة

النشاط الجسدي والراحة والنوم، عبارة عن مزيج رئيسي من أجل الصالح الكلي للفرد. والمران يعني تنمية الجسم وتدريبه لكي يؤدي مهامه بأفضل أداء ممكن. المران لا يؤثر في الأفراد جسمانيًا فحسب بل وذهنيًا كذلك.

وخلال القر العشرين، وباتخاذ الولايات المتحدة مثالًا، نجد أنه كلما زاد اهتمام الأفراد بصحتهم زاد اهتمامهم بمحاولة إيجاد الوسائل الكفيلة بتحقيق صالحهم. ونتيجة للقلق والضغوط السائدة في هذا القرن زادت حالات أمراض القلب، ورغم أن القلق والضغوط النفسية ليست هي السبب الوحيد. ولهذا فإن النشاط الجسماني يعد أحد العلاجات الممكنة

والتي تفي من العديد من الأمراض. ويوصي الأطباء بالنشاط الحركي كجزء من العلاج لبعض أمراض القلب وضغط الدم المرتفع، وحتى بعض أمراض العيون.

وتعتبر التغيرات الفيزيائية والكيميائية التي تصاحب التمارين، أمرًا ضروريًا لزيادة مستوى الإجهاد، الذي ستطيع الجسم أن يتحمله. وهذه المؤثرات الجسمانية والتغيرات الذهنية والنفسية التي تصاحب التمارين هي السبب وراء التوصية بالقيام بهذه التمارين للارتقاء بالقدرة الذهنية والنفسية. ويؤمن بعض علماء النفس بأن التمارين الرياضية لها نفس تأثير الأدوية للاكتئاب بالنسبة للمرضى المصابين بهذه الحالة.

الإسلام لا يضع قيودًا على الأساليب التي يتبعها الفرد لاكتساب اللياقة البدنية. والصلوات الخمس هي الرياضة المفروضة يوميًا وكذلك الحج والحفاظ على اللياقة البدنية حتى يتمكن المسلم من الوفاء بمسئولياته في الحياة. وطالما أن الهدف هو تحقيق اللياقة البدنية فإن اختيار الأسلوب الذي يتبع لتحقيق ذلك ليس بمشكلة بشرط ألا يتعارض مع المبادئ الإسلامية. فالجري وركوب الدراجات والسباحة وألعاب الكرة وغيرها كل ذلك يعد أنشطة محللة طالما أنها لا تنطوي على أي نوع من المقامرة.

ناقش سويدان "فسيولوجية الصلاة" بشرح أثر حركات المصلي أثناء الركوع والركعة هي الوحدة التي تتكون منها الصلاة. فعلى سبيل المثال الفجر ركعتان.

ولقد حلل الأوضاع الجسمانية التي تحدث في كل ركعة من وقوف

وركوع وسجود ثم الوقوف ثانية ثم وضع الركوع مرتين. وبإنتهاء السجدة الثانية تنتهي الركعة[1].

وتناول سويدان أهمية الركعة للجسم من وجهة نظر الحركة العضلية النشطة وأهمية الحركة بالنسبة لعمليات البناء والهضم الخاصة بالكربوهيدرات.

وتضمنت مناقشة فوائد السجود التي تحدث نتيجة لتغير وضع المصلي من الوقوف إلى وضع السجود وفي نهاية مناقشته أوضح ما يلي:

وعلى ذلك يمكننا أن نخلص إلى أنه أثناء الركوع يحدث أتساع لا إرادي في الأوعية الدموية للجسم. ويؤدي هذا إلى انخفاض ضغط الدم وكلما طال السجود كلما طالت فترة انخفاض ضغط الدم. ولذا فإن السجود في الصلاة يمكن أن يكون عاملًا هامًا في تقليل الارتفاع في ضغط الدم لدي المسلم الحق الذي يعرف جيدًا أنه يقف بين يدي الله. وفي الواقع فإن فترة السجود يجب ألا تطول عن الحد المعقول أثناء الصلاة. وقد نهانا الرسول صلى الله وسلم عن إطالة السجود أثناء المرض ودم القدرة[2].

وطالما أن الصلاة هي أساسًا تمرين روحي وجسدي، فإنه يصعب تحديد الجهد الجسماني الذي تتطلبه الصلاة. وما لم تقم بعض الدراسات بتقييم الجهد البدني الذي تتضمنه الصلاة، فإن فعاليتها بالنسبة لتحسين اللياقة البدنية لا يمكن تحديد درجتها أو كميتها.

---

(1) "الصلاة في الإسلام" الأثر الصحي، الوقائي، العلاجي، Souidan, M. Z. A ص ١٠١.

(2) المرجع السابق ص ١٠٩- ١١٠.

ولقد عبر "سويدان" عن رأيه بالنسبة للأثار الجسمانية للصلاة بإجراء مقارنة بينها وبين "اليوجا" وبعد إجراء هذه المقارنة توصل إلى أن الصلاة على النحو الذي تمارس به في الإسلام أفضل من اليوجا وأن هذا الفضل يرجع إلى أن الصلاة في الإسلام تمزج بين العوامل الروحية والجسمانية والاجتماعية.

والحج إلى مكة هو الركن الخامس في الإسلام. ويؤدي مرة خلال عمر الفرد لمن يستطيع جسديًا وماليًا. ويتطلب الحج جهدًا جسمانيًا كبيرًا. ولهذا السبب فإن أغلب المسلمين يفضلون الحج قبل أن يتقدموا في السن حيث يستطيعون الاستمتاع بالحج وحيث تكون الرحلة أكثر يسرًا.

والحج يتطلب بذل قدر كبير من الجهد من البداية حتى النهاية. وهذا الجهد الجسماني هو مزيج من السير لمسافات طويلة في جو حار وتلاوة بعض الأدعية والعبادات وأداء الصلوات وغيرها من الشعائر. ولتمام الحج ينبغي إتيان كل هذه الشعائر مهما كانت الأحوال الجوية حارة كانت أو باردة[١].

وللراحة والنوم أهمية حيوية لتجديد وتنشيط الجسم. وقد أجريت عدة دراسات للوقوف على الكيفية التي يؤثران بها على الفرد بدنيًا وذهنيًا وعاطفيًا. وركزت بعض الدراسات الأخرى على مشكلة الأفراد الذين يعانون من الأرق لسبب أو لآخر.

وقد ورد في تقرير في "المجلة المختصرة للصحة" **Health Digest** تحت

---

(١) عبد الرؤوف محمد "الإسلام عقيدة وعبادة" صفحة ١١٥- ١٣٥.

عنوان "عندما تعاني من مشاكل الأرق": "يعد النوم عملية جسمانية غاية في التعقيد. وفي حقيقة الأمر فإننا لا نعرف كيف يحدث النوم بل أننا لا نعرف سببًا لاحتياجنا للنوم. ولكننا على يقين من أن كل فرد تقريبًا يشعر باضطراب شديد إذا لم يأخذ كفايته من النوم"[١].

والأرق أو اضطراب ساعات النوم قد يؤديان إلى مشاكل انفعالية أو نفسية وهناك العدد من المشاكل التي تؤدي إلى الأرق كما جاء في التقرير:

١) الحركات الغير عادية للأرجل تمثل ٢٠% من حالات الأرق المزمنة التي قد تسببها التشنجات العضلية التي تحدث كسلسلة من الاهتزازات تتم كل ٢٥ إلى ٤٠ ثانية أثناء نوم الشخص.

٢) الحبوب المنومة التي يتم تعاطيها لمدد طويلة (مدة شهر أو اكثر) هي من ضمن الأسباب الشائعة للأرق.

٣) شرب كميات كبيرة من القهوة والشاي والكولا والشكولاتة أو غيرها من المشروبات المحتوية على مادة "الكافيين" يمكن أن تؤدي إلى حالات الأرق.

٤) المشاكل العاطفية– ولقد ارجع الدارسون والخبراء في أبحاث النوم جزءًا كبيرًا من حالات الأرق إلى المشاكل النفسية باعتبارها الأسباب الرئيسية لتلك الحالات.

٥) عادات النوم السيئة فقط تعود العديد من الأفراد أن يأخذوا مشاكلهم

---

(١) وارين "عندما تعاني من مشاكل الأرق" في المجلة المختصرة الطبية، Warren, J. V. دليل عائلتك إلى الصحة السليمة ٢/٤/٤ فبراير ١٩٧٧.

معهم إلى مضاجعهم ولذا فإنهم بدلا من أن يخلدوا إلى النوم نراهم يقظين قلقين. وقد يذهب آخرون إلى فراشهم مبكرين أو ينامون قسطًا كبيرً من الوقت خلال النهار[1].

ولكي يخلد الفرد إلى النوم في سلام، فإنه يحتاج إلى حالة من الاتزان الذهني والعاطفي. ويمكن للفرد أن يحقق هذا التوازن عندما يحقق الشعور بالرضا عما أنجز مقارنًا بما كان ينبغي عليه أن ينجزه من عمل خلال يومه.

وتحقيق هذا الرضا لا يرجع كليه إلى الفرد. إذ من الممكن أن يتم إعداد الأفراد للقيام بمهامهم في الحياة عن طريق والديهم أو نت خلال التربية. فعلى سبيل المثال إذا شجعنا الأطفال على النظرة التأملية في مفهوم الموت وغيره من حقائق الحياة فإنهم سوف يكونون أقل تعرضًا للهزات العاطفية أو الاضطرابات النفسية عندما تواجههم حالة وفاة أو غيرها من الظواهر. وبنفس الطريقة فإن تعليم الأطفال أن يتذرعوا بالإيمان من شأنه أن يعاونهم على مواجهة الحياة. وهذا الجزء قد يكون مرتبطًا بالصحة العقلية التي تناولناها من قبل في الفصل السابع.

وهناك بعض الأحاديث عن النبي ﷺ يوصي فيها أتباعه بتلاوة بعض الأدعية قبل النوم. وقد صيغت هذه العبارات بحيث تولد حالة من السلام الذهني والجسدي تؤدي إلى النوم الآمن.

فعلى سبيل المثال أتت فاطمة النبي ﷺ تسأله خادمًا وشكت العمل: فقال: "ما ألفيتيه عندنا. قال ألا أدلك على ما هو خير لك من خادم

---

(1) المرجع السابق ص ٤

تسبحين ثلاثًا وثلاثين وتحمدين ثلاثًا وثلاثين وتكبرين أربعًا وثلاثين حين تأخذين مضجعك" (صحيح مسلم- الجزء الرابع- ص ١٤٢٨).

وكان النبي ﷺ يتلو بعض العبارات عندما يخلد إلى النوم. وكان يرقد على جنبه الأيمن.

والنوم على الجانب الأيمن يساعد في عملية الهضم. ويسهل عملية التنفس مما يؤدي إلى النوم بصورة أسرع.

النوم هام جدًا لكل فرد. وقد استخدم كعلاج في بعض حالات الاضطراب العاطفي طالما أن الأرق هو أحد أسباب هذا الاضطراب العاطفي.

الملخص

تعد التمارين الرياضية أمرًا ضروريًا للحفاظ على الصحة وتحسينها، مما يمكن الفرد من الوفاء بمسئولياته اليومية تجاه نفسه وأسرته ومجتمعه. ومن شأن هذا أن يؤدي الشعور بالرضا والامتنان الذاتي. وعندما ينتهي عمل اليوم ينبغي أن تكون المشاكل بعيدة عن ذهن الفرد. وسوف يكون جزاؤه أن ينام قرين العين.

الفصل السابع

المجتمع وصحة البيئة

يعتبر الإسلام أن الإنسان هو حجز الزاوية في بنية المجتمع. ولقد خلق الكون لمنفعته. ولذا فإن على الإنسان أن يستثمر أو على الأقل أن يحافظ على هذه المنافع. والتعاليم الإسلامية التالية هي أسس عامة لفهم الفكر الإسلامي فيما يتصل بعلاقة الإنسان بالبيئة.

﴿ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعاً وَخُفْيَةً إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ، وَلا تُفْسِدُوا فِي الأَرْضِ بَعْدَ إِصْلاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفاً وَطَمَعاً إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنْ الْمُحْسِنِينَ﴾ (سورة الأعراف آية ٥٥ و٥٦)

﴿وَإِذَا تَوَلَّى سَعَى فِي الأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ وَاللَّهُ لا يُحِبُّ الْفَسَادَ﴾ (سورة البقرة آية ٢٠٥)

﴿فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَاباً يَبْحَثُ فِي الأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُوَارِي سَوْأَةَ أَخِيهِ قَالَ يَا وَيْلَتَا أَعَجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُوَارِيَ سَوْأَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنْ النَّادِمِينَ﴾ (سورة المائدة آية ٣١)

عن أبي هريرة ﷺ أن النبي ﷺ قال "نزل نبي من الأنبياء تحت شجرة فلدغته نملة فأمر بجهازه فأخرج من تحتها ثم أمر ببيتها فأحرق بالنار فأوحى الله إليه فهلا نملة واحدة" (صحيح البخاري– الجزء السابع– صفحة ٣٣٨).

عن أبي هريرة ﷺ أنه سمع رسول الله ﷺ يقول نحن الآخرون السابقون. وبإسناده فال لا يبولن أحدكم في الماء الدائم الذي لا يجري ثم يغتسل فيه. (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ١٥٠).

عن أبي هريرة ﷺ، عن النبي ﷺ "أن امرأة بغيًا رأت كلبًا في يوم حار يطيف ببئر قد ادلع لسانه من العطش، فنزعت له بموقها فغفر لها" (صحيح البخاري- الجزء الرابع- ص ٣٣٨- ٣٣٩).

عن ابن عمر ﷺ قال: قال رسول الله ﷺ: "عذبت امرأة في هرة أوثقتها فلم تطعمها ولم تسقها ولم تدعها تأكل من خشاش الأرض" (صحيح البخاري-الجزء الأول- ص ٣٤٠).

عن أبي هريرة ﷺ قال رسول الله ﷺ "طهور إناء أحدكم إذا ولغ فيه الكلب أ يغسله سبع مرات أولاهن بالتراب" "صحيح مسلم- الجزء الأول- ص ١٦٧).

عن سفيان بن أبي زهير الشنئي قال: سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: "من إقتنى كلبًا لا يغنى عنه زرعاً ولا ضرعاً، نقص من عمله كل يوم قيراط" (صحيح البخار- الجزء الثالث- ص ٣٤).

عن عائشة رضى الله عنها قالت: "أمر رسول الله ﷺ بقتل خمس فواسق في الحل والحرم: الفأرة والعقرب والغراب والحدأة والكلب العقور" (صحيح البخاري- الجزء الرابع- ص ٣٤٠).

عن أبي هريرة ﷺ عن النبي ﷺ "إماطة الأذى عن الطريق صدقة" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ٣٨٦).

عن سالم بن أبيه عن النبي ﷺ "لا تتركوا النار في بيوتكم حين تنامون" (صحيح البخاري- الجزء الثامن- ص ٢٠٥- ٢٠٦).

عن جابر بن عبد الله ﷺ عن النبي ﷺ قال "غطوا الإناء وأوكئوا السقاء وأغلقوا الباب وأطفئوا السراج، فإن الشيطان لا يحل سقاء ولا يفتح بابًا ولا يكشف إناء فإن لم يجد أحدكم إلا أن يعرض على إنائه عوداً ويذكر اسم الله فليفعل فإن الفويسقة تضرم على أهل البيوت" (صحيح البخاري- الجزء الثامن- ٢٠٦).

الشرح والتفسير

تضمنت آيات القرآن خلق الله للكون لتؤكد للمسلمين قدرة الله، ولكي تظهر للبشر في الوقت ذاته النعم العظيمة التي من الله بها عليهم. ولا يعني هذا أن لهم مطلق الحرية في التصرف في هذه النعم. فالبشر مسئولون أمام الله عن أعمالهم سيئة كانت أم حسنة. والنقاط التالية هي خطوط عامة للمسلمين لكي يصلوا إلى الحكم الإسلامي الخاص بعلاقة الأفراد ببيئتهم.

١) الله لا يحب المعتدين الذين يعملون السيئات (الغش- السرقة – الإغتصاب- القتل... الخ).

٢) إهلاك المحاصيل والدواب عمل مذموم.

٣) الدفن هو الطريقة المثلى لمواراة الموتى.

٤) استخدام الماء الراكد في التخلص من الإخراجات الفسيولوجية لجسم الإنسان ثم استخدام هذه الماء في الوضوء أو الاستحمام أمر منهي عنه.

٥) يجب أن يعامل الإنسان سائر الكائنات بالرأفة، على الرغم من أن قتل المخلوقات (غير الإنسان أساساً) في حالة الدفاع عن النفس يعد أمراً مسموحاً به.

٦) لا يحل في الحرم قتل نفس بشرية أو اقتلاع نبات أو إيذاء طائر أو حيوان إلا الغراب والحدأة والعقرب والفأر والكلب المسعور.

٧) يجب الاحتفاظ بالكلاب خارج المنزل لأغراض الحراسة. ويمكن استخدام الكلاب المدربة به الصيد.

٨) يجب أن يتجنب المسلمون تلويث أواني الطعام بلعاب الكلب، وإذا حدث ذلك، لزم غسل هذه الأواني سبع مرات أولاها بالتراب كشرط لتطهيرها.

٩) كإجراء من إجراءات السلامة يجب إطفاء أي نار موقدة أو أنوار قبل الخلود إلى النوم ويجب غلق الأبواب وتغطية أواني الشرب والطعام.

١٠) إماطة الأذى من الطريق عمل صالح.

المناقشة

المجتمع وصحة البيئة فرع من فروع العلم الحديثة ينمو كل يوم بما يضاف إليه من المعارف. اجتنابه". وهذا المفهوم قابل للتطبيق بالنسبة لأي فعل من الأفعال المؤذية التي لم ترد في القرآن أو السنة.

والوصول بصحة المجتمع والبيئة إلى مستوى عال، يعتمد على طبيعة التفاعلات بين المصادرة الطبيعية واتجاه الأفراد وتصرفاتهم في بيئة معينة وعلى كفاءة السياسة البيئية. وصحة الإنسان وصالحة يجب أن يكونا محور

الهدف ونتاج كل الأنشطة الإنسانية المتعلقة بالبيئة.

والأرض هي أثمن المصادر الطبيعية قاطبة (غابات، مزارع، محيطات، بحار، بحيرات، أنهار، جبال، باطن الأرض) وهذه المصادر الطبيعية هي دعائم الحياة للإنسان. وإذا ما أصبح الإنسان والبيئة وحدة واحدة ووجد التفاعل الحركي بينهما، فإنه يتعين إجراء المزيد من الدراسات حول نشاط الإنسان المرتبط ببيئته وبقوانين الطبيعة.

والتلوث بأي صورة يؤثر في صالح الإنسان بصورة كلية. وأغلب مشاكل التلوث التي يعاني منها الإنسان هي من صنع يده. وإذا لم تتخذ القرارات الحكيمة بالنسبة للموضوعات المتعلقة بالبيئة، فإنه من المتوقع أن تفشل البيئة في دعمها للإنسان.

ويعتبر السد العالي بأسوان مثالًا على سوء التخطيط. وربما تحقق الغرض الرئيسي للمشروع ولكن السلبيات التي نتجت عنه تشكك في الإنجازات التي حققها. والذي يعنينا في دراستنا هو الوقوف على تأثير السد العالي على إنتاج السردين كمصدر بروتين وزيادة انتشار مرض البلهارسيا كمشكلة صحية.

وقبل بناء السد العالي كان السردين متاحًا كوجبة رخيصة جدًا في متناول العائلات دون المتوسطة والفقيرة. وبعد بناء السد العالي أرتفع ثمن السردين محطمًا كل أسعار السلع بعد التضخم وأصبح بمثابة سلعة ترفيهية. ورغم أن البحيرة التي تكونت خلف السد تعد مصدرًا غنيًا بالأسماك إلا أن نستوى استثمار البحيرة كمصدر للبروتين لم يزل غير كاف لتغطية حاجات

البلاد حتى الآن.

ومن ناحية ثانية. أثر نظام ري الأراضي من ري الحياض إلى الري الدائم في دورة حياة طفيل[1] (البلهارسيا). والبلهارسيا مرض وبائي مستوطن في مصر يسبب خسائر اقتصادية جسيمة[2]. وما يعنينا هو التأثير السيء للإنسان على البيئة والذي من شأنه أن يقلل من موارد المجتمع ومن مستوى الصحة البيئية.

ولقد نهى الرسول محمَّد ﷺ المسلمين الأوائل عن التبول في الماء الراكد غير الجاري، ثم استخدام هذا الماء في الاغتسال. وفي الحقيقة، فإن ذلك يعد مرحلة حيوية بالنسبة لدورة حياة السيشتوسوما.

وهذا المرض ليس من الأمراض الوبائية في مصر فحسب ولكنه موجود في العديد من البلدان الإسلامية مثل السعودية واليمن... الخ[3].

وربما أتبع المسلمون ما جاء في حديث الرسول عند تلمس الماء للوضوء أو الاغسال فقط، ولكننا نرى أنه من الواجب أن يفهم الحديث على أنه تعميم أوسع في مجاله عن ذلك. فطالما أن حديث الرسول تضمن نهيًا صريحًا وأن العلم يؤكد الآثار الضارة الناجمة عن فعل ذلك فإنه يتعين أن يحاط الناس علمًا بالحقائق. وفضلًا عن ذلك فإن العلم لا يتعارض مع المبادئ الإسلامية التي تحث المسلمين على اجتناب كل ما له تأثير ضار

---

(1) "علم الطفيليات العام" ص ٤١٧- ٤٢٤ Cheng, T. C,

(2) نظرة تقديرية للآثار الاقتصادية لطفيل السيشتوسوما Wright, W. H "عرض تاريخي أعدته منظمة الصحة العالمية" صفحة ٢٧/ ١٧٤ إبريل ١٩٧٣.

(3) Cheng OP. Cit ص ٤١٧- ٤٣٣.

على صحتهم وحياتهم.

ولقد ثبت أن جسم الإنسان يحتوي على المعادن والماء، بنسبة مئوية موازية لنسبة تواجد هاتين المادتين في التربة. وبدفن الموتى فإن بكتريا التحلل تجد المجال لإعادة المكونات الطبيعية إلى سيرتها الأولى.

وتحقيق العلاقة المتوازنة بين الإنسان ونظم البيئة يعد إنجازًا صعب المنال. ويجب أن تنبني الدراسات التي تجري في مجال الإنسان وصحة البيئة على حقيقة "أن الصحة تعتمد على تفاعل وتداخل عدد كبير من المتغيرات التي ينبغي فهمها كنظام متكامل وليست كأجزاء متفرقة[١]".

وكل كائن حي عدا الإنسان له دور في البيئة المحيطة به. ويحاول الإنسان جاهدًا أن يكتشف تلك الأدوار. ويحث الإسلام المسلمين على اكتشاف ما خفي عن علمهم كما جاء في الآية الكريمة: ﴿يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَالإِنسِ إِنْ اسْتَطَعْتُمْ أَنْ تَنفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ فَانفُذُوا لا تَنفُذُونَ إِلاَّ بِسُلْطَانٍ﴾ (سورة الرحمن آية ٣٣).

وتأسيسًا على هذا المفهوم يمكننا أن نفسر اهتمام الإنسان باكتشاف الكون ودراسته. ومن أجل هذا فقد تم تخصيص أجهزة تطورًا وتعقيدًا لتحقق اهتمامات الإنسان وترضى شغفه بالمعرفة. فبالاستعانة بالميكروسكوبات والكاميرات المزودة بعدسات صوتية ضوئية وغير ذلك، يمكن للإنسان أن يلم بصورة أفضل بحياة الكائنات الأخرى أو الظواهر التي يمكن أن تؤثر على صحته وصالحه.

---

(١) "بيئتنا المحفوظة بالمخاطر" ص ٢٠.

وعلى الإنسان أن يحسن معاملة كل المخلوقات طالما أنها لم تسبب له أي أذى. وهذا يعني معاملة باقي المخلوقات بالرفق. ومن بين هذه الكائنات الكلب وقد حدد الإسلام علاقة الإنسان بالكلب في حديث الرسول. فقد نهى صلوات الله وسلامه عليه، المسلمين عن أن يحتفظوا بالكلاب داخل بيوتهم وأصر على ضرورة غسل الأواني إذا لعقها الكلب سبع مرات أولاها بالتراب.

والكلاب والقطط مثلها مثل كل الحيوانات المنزلية الأليفة لها ميل شديد إلى مشاركة مربيها في كل شيء. والطريقة التي تنظف بها أجسامها تجعل منطقة الفم والأنف لديهما مكانًا تكثر فيه الطفيليات. والكلاب أو القطط تعد عائلًا أساسيًا للعديد من الطفيليات. وتظهر الكلاب إحساسها بالحب عن طريق اللعق وهنا يكمن الخطر(١).

والدودة الشريطية: (**Echinococcus granulosus**) نوع من الطفيليات يمكن أ تنقله الكلاب إلى الإنسان. وحسب شرح "**Lapage**" فإنه عندما يبتلع الإنسان بيض دودة "**Hydatid**" يتحول ثانية إلى يرقات. والتي يطلق عليها "**Hydatid**" المليئة بسائل يحتوي ليس فقط رأس واحدة للدودة الشريطية بل على العديد من الرؤوس. وعندما تكون هذه الأكياس كبيرة فإنها تحتوي على ما يقرب من مليونين منها(٢). ومكمن الخطورة على

---

(١) قد يكون لهذا الملام منطق يبدو للوهلة الأولى ظاهر الصحة، ولكن الحكم الشرعي في القطط في كتب الفقه الطهارة لما ورد في كتب الأثر (أنها من الطوافات) وأنه ﷺ توضأ من إناء شرب منه قط. راجع سبل السلام في أدلة الأحكام وغيره من كتب الفقه.

(٢) الطفيليات الحيوانية في الإنسان ص ١٣٠ Lapage, Geoffrey.

الصحة يتمثل في حقيقة أن أكياس "Hydatid" قد توجد في أي عضو من أعضاء الجسم. ولكن الكبد هو أكثر أعضاء الجسد تعرضًا للإصابة بها. ولقد عدد "Lapage" تلك الأعضاء والمناطق، مثل الرئتين وتجويف البطن وتحت الجلد والطحال والعظم والمخ، وتكبر هذه الأكياس خلال مدو عشرين عاماً مسببة تلفًا في الأنسجة أو العظم أو تمنع إمداد الدم عن العضو التي تتواجد فيه وتضغط على الأنسجة التي توجد بها [1] ولقد ذكر "Lapage" أنه:

"من لمحتمل أن ينزل مع لعاب الكلاب بعض البيض في الأطباق التي نأكل فيها. وإذا ما استخدم الإنسان هذه الأطباق قبل أن يحسن غسلها فإن الشخص قد يتناول مع طعامه بيض الدودة الشريطية العالق بها"[2].

والغسل الصحيح هو سبع مرات أولها بالتراب كما ذكر الرسول صلى الله عليه وسلم.

وكان الرسول صلوات الله وسلامه عليه، يسعى لتعليم أتباعه احتياطات الأمان بصفة عامة. وكما آمن بمشيئة الله، فقد آمن بضرورة أن يسعى الفرد قدر طاقته لتحمل مسئولياته تجاه تحقيق السلامة والأمان.

وفي الواقع فإن معظم الحوادث تقع نتيجة إهمال الأفراد. وحتى نقلل من وقوع الحوادث يجب أن يزيد الإنسان من الحذر.

ولقد استخدم لفظ "حادث" في هذا الجزء من الدراسة بمفهومه

---

(1) المرجع السابق ص ١٣١- ١٣٢.

(2) المرجع السابق ص ١٣٥.

الواسع الذي يتضمن كل الحداث التي تقع كنتيجة للخطأ البشري أو الإهمال. وبالنسبة للأخطار البيئية التي يمكن للإنسان أن يتحكم فيها لكي يقلل أو يتلافى الخسارة، فإن هذه اللفظ يتضمنها كذلك، النيران، حوادث السيارات التسمم الغذائي التلوث والجريمة.

وتحت مفهوم الأعمال الغير آمنة أو الظروف الغير آمنة كتب "**Thygerson**" يقول:

"ومثلها مثل الوقائع الأخرى، فإن الحوادث تقع وبالتالي فإنه يمكن التحكم فيها إذا تعرفنا على أسبابها وفهمناها، وغالبًا ما يمكننا التكهن بها لأن معظمها لا تسببه الصدفة بل يحدث نتيجة خلل في النظام. إن الحوادث تسببها أخطاء البشر. والعبارة القائلة بأن ٨٠% من الحوادث سببها العامل البشري، قد تكون مبسطة للواقع وتحتاج إلى أبحاث تؤكدها. فالأخطار البشرية غالبًا ما تنطوي على ظروف غير آمنة مثل الخطأ أو العيب في التصميم أو البناء أو الصيانة، ولذا فإن معظم الحوادث مازالت تعزي إلى الخطأ البشري[١].

والحذر والعلم بالحقائق وفهم الأساليب الصحيحة لمنع وقوع الحوادث، والتي تنمي عادات الاحتياط للأمان، تعتبر أمورًا أساسية في مجال منع الحوادث.

والإلمام بالظروف التي قد تؤدي إلى وقوع الحادثة يعد أمرًا رئيسيًا في بناء المعرفة التي تقودنا إلى الأحكام المنطقية. والحقائق والعوامل التي

---

(١) الحوادث والكوارث، الأسباب والإجراءات المضادة Thygerson ص ٥– ٦.

تساهم في وقوع الحوادث هما أساس إي برنامج تربوي يستهدف منع وقوع الحوادث وفوق ذلك كله يأتي تنمية عادات السلامة.

ولقد حث الرسول ﷺ قومه على إماطة الأذى من الطريق، ومنذ أربعة عشر قرنًا كانت حوادث الطريق ترجع إلى العوائق الطبيعية أو السطو. ولهذا فقد حث الرسول ﷺ قومه على إزالة الأذى عن الطريق وعاهد المسلمون النبي ﷺ على ذلك على نحو ما ورد في النسنة النبوية:عن عبادة بن الصامت ﷺ قال: "كنا عند النبي ﷺ في مجلس فقال "بايعوني على ألا تشركوا بالله شيئًا ولا تسرقوا وتزنوا..." (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ٣٩٤).

واليوم أصبحت حوادث الطرق ذات طبيعة مختلفة. ونظرًا للتقدم الهائل في وسائل المواصلات وزيادة السكان فقد أصبحت الكوارث أكثر حدوثًا والخسائر أكثر توقعًا. من أجل هذا فإننا في حاجة إلى إدراك أكبر لبناء الوعي الكامل بمثل هذه الظروف التي قد تؤدي إلى وقوع الحوادث.

وهناك حاجة ماسة لتلقين الناس إجراءات تأمين المرور في الكثير من الدول النامية، حيث تتزايد احتمالات التعقيدات التي تلي وقوع الحادث بسبب البطء في نقل المصابين وضعف إمكانيات نظم الإسعافات الطارئة وعدم كفاية المستشفيات.

والنار عدو للإنسان، وخسائرها تصل إلى درجة هائلة. وقد أمر رسول الله ﷺ المسلمين الأوائل بإطفاء النيران والأنوار قبل الخلود إلى النوم. ويمكن أن يفسر هذا الأمر بأن القصد منه هو عدم ترك أي نار موقدة

دون إشراف. وينطبق هذا الأمر إلى حد كبير على المجتمعات الريفية حيث تنتشر حوادث النيران التي تأتي على كل ما يمتكله الفلاحون نظرًا للطريقة التي تبني بها البيوت ولضآلة الإمكانيات التي يمكن أن تساهم في حصر منطقة الحريق.

وفي الحقيقة، فإنه من الشائع في الدول النامية أنه إذا شب حريق في أحد منازل القرية فإن احتمال انتشار النيران في كل منازل القرية هو احتمال كبير للغاية.

ومن بين إجراءات الأمان التي أمر بها الرسول ﷺ قومه تغطية الأواني. ويطبق هذا الأمر على كل المستويات الاجتماعية والاقتصادية. وفي تغطية الأواني حماية للطعام من التسمم والتلوث اللذان قد يحدثان نتيجة لسوء التخزين الأمر الذي يمكن كائنات أخرى من الوصول إلى الطعام.

وغلق أبواب المنازل لا يهدف فقط إلى تحقيق الخصوصية، ولكنه يحول أيضًا دون وقوع الجريمة.

ويرى خبراء احتياطات الأمن، أن السعي لمنع الحوادث ليس كافيًا لتلافي الخسائر في الممتلكات والأرواح وأن ما ينبغي عمله عقب وقوع الحوادث مهم جدًا للوصول إلى هذا الهدف.

لقد وضع الإسلام الخطوط العامة لمجتمع صحي وبيئة صحية. ولم يكن من المستطاع آنذاك تفصيل الأمر أكثر من ذلك، إذ أن الناس كانوا يحيون في ذلك الزمان حياة بسيطة لا تعقيد فيها، وبعد أربعة عشر قرنًا من الزمان تغير شكل الحياة وتزايدت المخاطر. ويقدر الإسلام قيمة الصالح

العام للإنسان. ولذا فإن التوسع في الخطوط الإسلامية المرتبطة بصحة المجتمع والبيئة لا يعد خرقًا للمفاهيم الإسلامية. بل يعد في الحقيقة عملًا حسنًا إذ من شأنه أن يمد الإنسان بالحماية ويبقى على صحته وأمنه داخل البيئة التي يعيش فيها.

الملخص

يوقن المؤمنون بأن الكون ملك لله عز وجل، وأنه قد خلق من أجل صالح الإنسان. وعلى الإنسان أن يحسن استخدام نعمة الله التي أنعم بها عليه. وبين مالك الشيء ومستخدمه، هناك التزامات من قبل المستخدم وهي ضرورة الاستخدام الجيد وعدم إساءة استخدام ما منحه الله إياه، وأن ينفع به وأن يبقى على هذه النعمة للأجيال المقبلة.

والاستفادة من هذه النعمة تعني الاستخدام الحسن للأرض بزراعتها لإطعام الإنسان والحيوان وسائر المخلوقات، والاستمتاع بالأنهار والبحيرات والمحيطات وبما يستنبط والاستمتاع بالجمال الحسي لكل ما هو في بيئته. والتخلص من التلوث في كل صوره. وتقليل المخاطر التي تنجم عند ممارسة الإنسان لنشاطاته خلال نموه وتطوره، ومحاولة منع وقوعها.

الفصل الثامن

طرق العلاج

قسم الإسلام المرض إلى نوعين: المرض أو الاضطراب النفسي، والمرض الجسماني. والآيات والأحاديث التالية، هي تعاليم عامة تتعلق بطرح العلاج في الإسلام.

﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (سورة الرعد آية ٢٨)

﴿ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلاً يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (سورة النحل آية ٦٩)

عن أبي هريرة ﷺ عن النبي ﷺ قال "ما أنزل الله داء إلا أنزل له شفاء" (صحيح البخاري– الجزء السابع– ص ٣٩٥).

عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: قال رسول الله ﷺ: "الشفاء في ثلاثة: شربة عسل ومشرط محجم وكية نار وأنهي أمتى عن الكي" (صحيح البخاري– الجزء السابع– ص ٣٩٦|).

عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: "احتجم النبي ﷺ في رأسه وهو محرم من وجع كان به بماء يقال له لحي جمل".

وقال ابن عباس أيضًا أن رسول الله ﷺ "احتجم وهو محرم في رأسه

من شقيقة كانت به" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٤٠٥).

عن أبي سعيد الخدري ﷺ، أن رجلًا أتى النبي ﷺ فقال "أخي يشتكي بطنه فقال: أسقه عسلًا ثم أتى ثانية فقال أسقه عسلًا ثم أتاه فقال فعلت فقال صدق الله وكذب بطن أخيك أسقه عسلًا فسقاه فبرأ" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٣٩٧- ٣٩٨).

عن أنس ﷺ "أن ناسًا اجتووا في المدينة فأمرهم النبي ﷺ أن يلحقوا براعية يعني الأبل فليشربوا من ألبانها وأبوالها فلحقوا براعية فشربوا من ألبانها وأبوالها فلحقوا براعيه فشربوا من ألبانها وأبوالها حتى صلحت أبدانهم" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٣٩٩|).

عن سعد ﷺ قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: "من تصبح سبع تمرات عجوه لم يضره ذلك اليوم سم ولا سحر" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٤٤٦).

عن سعيد بن زيد قال سمعت النبي ﷺ يقول: الكمأة من المن وماؤها شفاء للعين" (صحيح البخاري- الجزء الثالث- ص ٤٠٩).

عن أم قيس بنت محضن قالت سمعت النبي ﷺ يقول "عليكن بهذا العود الهندي فإن فيه سبعة أشفية يسعط به من العذرة ويلد به من ذات الجنب" (صحيح البخاري-الجزء السابع- ص ٤٠٢).

وقالت عائشة ﷺ "لما ثقل رسول الله ﷺ وأشتد وجعه أستأذن أزواجه في أن يمرض في بيتي فأذن فخرج بين رجلين تخط رجلاه في الأرض، بين عباس وآخر، فأخبرت ابن عباس قال: هل تدري من الرجل الآخر الذي

لم تسمه عائشة؟ قلت لا قال هو على قالت عائشة فقال النبي صلى الله عليه وسلم بعدما دخل بيتها وأشتد به وجعه هريقوا علي من سبع قرب لم تحلل أو كيتهن لعلي أعهد إلى الناس، قالت فأجلسناه في مخضب لحفصة زوج النبي ﷺ ثم طفقنا نصب عليه من تلك القرب حتى جعل يشير إلينا أن قد فعلتن، قالت وخرج إلى الناس وصلى بهم وخطبهم" (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ١٣٣- ١٣٤).

عن ابن عمر رضي الله عنهما عن النبي ﷺ قال "الحمي من فيح جهنم فأطفئوها بالماء" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٤١٧).

عن أبي حازم عن سهل بن سعد الساعدي قال: "لما كسرت على رأس رسول الله ﷺ البيضة وأدمي وجهه وكسرت رباعيته وكان على يختلف بالماء من المجن وجاءت فاطمة تغسل على وجهه الدم فلما رأت فاطمة عليها السلام الدم يزيد على الماء كثرة عمدت إلى حصير فأحرقتها وألصقتها على جرح رسول الله ﷺ فرفأ الدم" (صحيح البخاري- الجزء الأول- ص ١٥٣).

عن سعد عن النبي ﷺ قال: "إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها" (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٤١٨- ٤١٩).

عن أبي هريرة ﷺ رسول الله ﷺ "لا عدوى ولا طيرة ولا هامة ولا صفر وفر من المذوم كما تفر من الأسد". (صحيح البخاري- الجزء السابع- ص ٤٠٩).

الشرح والتفسير

يعد الإسلام الأمراض، إما نفسية أو فسيولوجية. ويمكننا أن نلخص طرق العلاج المستقاة من القرآن والسنة فيما يلي:

١) بتلاوة القرآن يستطيع المسلمون أن يجدوا الطمأنينة والراحة لعقولهم وقلوبهم. وبالوصول إلى درجة الطمأنينة الذهنية يمكن تلافي الأمراض أو الاضطرابات النفسية.

٢) العسل وغيره من العناصر الطبيعية فيها علاج لأمراض الجسد.

٣) لكل مرض دواء جعله الله علاجًا له وعلى الإنسان أن يسعى لاكتشافه.

٤) طرق العلاج التي ذكرت هي إما أخذ جرعة من العسل أو الحجامة أو الكي وطريقة العلاج بالكي طريقة ممنوعة.

٥) فيما يتعلق بالإسعافات الأولية، كان النبي ﷺ يعالج الحمى بصب الماء على نفسه حتى يشعر بأنه قادر على أن يقف وأن يخطب للناس بعد أن انخفضت حرارة جسده.

٦) لعلاج الجروح المفتوحة كان النبي ﷺ يعالج جرحه بغسله بالماء ثم يملأ الجرح بالقش المحروق حديثًا (رماد معقم).

٧) في حالة ظهور الأوبئة كان الاحتياط المتبع هو العزل الكامل للمنطقة.

المناقشة

كل التعاليم التي ذكرت في هيه الدراسة يمكن تطبيقها في مجال الوقاية والتربية الصحية.

والمفهوم الأساسي في الإسلام هو أن لكل مرض علاج. وهذا يضع الإنسان أمام تحد لاكتشاف العلاج لكل الأمراض وفي نفس الوقت فإن هذا المفهوم يشجع الناس على طلب العلاج وعلى ألا يفقدوا الأمل في الشفاء.

وقد قسم القرآن الأمراض إلى قسمين هما الأمراض النفسية والأمراض الفسيولوجية (العضوية).

وحسب المفهوم الإسلامي فإن المراض النفسية تشتمل على جنون العظمة الكراهية، العدوان، الخداع، الأنانية،... الخ. ومن الممكن تلافي حدوث مثل هذه الأمراض والاضطرابات. وكما جاء في القرآن الكريم فإن الوقاية من هذه الأمراض يمكن الحصول عليها عن طريق الإيمان بالله وطلب الطمأنينة النفسية والاتزان بتلاوة آيات القرآن. وقد سبق أن أشرنا إلى هذا الجزء بالتفصيل في الفصل الخاص بالصحة العقلية من هذه الدراسة.

ومن الخطأ أن يعالج الإنسان على أنه تركيب جسماني وذهني واجتماعي فالجانب الروحي في الإنسان عنصر هام للغاية وقد يتحكم في الإنسان أكثر من العناصر السابق ذكرها. ويؤمن البعض بالعلاج الروحي. وإنها لحقيقة أن إدراك الجانب الروحي في الإنسان مسألة في غاية الغموض.

ولتحقيق العلاج الروحي ينبغي للشخص الذي يطلب العلاج أن يصل إلى مرتبة روحية عالية جدًا بمعاونة معالج روحي يتمتع بقوة إقناعه جبارة. وفي استطاعة المسلمين أن يجدوا الدعم الروحي عندما يقرأون القرآن.

ومن الباحثين المسلمين من يعمل في مجال علم النفس وهم يحاولون أن يطبقوا طرق علاج الاضطرابات النفسية المبنية على المفاهيم الإسلامية. ولقد توصلوا إلى نتائج طيبة. ويرجع هذا أساسًا إلى أنهم يطبقون طرق علاج لا تتعارض مع مفاهيم مرضاهم. وفي نفس الوقت فإن أيديولوجية المريض لا تتعارض مع الأيديولوجية التي تقدمها طريقة العلاج[١].

والقسم الثاني من الأمراض الفسيولوجية (العضوية). ولقد رخص القرآن للمرضى (الذين لا يقدرون) بألا يمارسوا العبادات الرئيسية مثل الصلاة والصوم حتى يتم شفاؤهم.

وعكست أقوال وأفعال الرسول ﷺ طرق الشفاء أو العلاج لبعض أنواع من الأمراض الجسمانية وبعض حالات الإسعافات الأولية. والاحتياطات الواجبة الإتباع في حالة انتشار الأوبئة.

وعلى وجه العموم، إذا ما أجرينا مقارنة بين طرق العلاج التي ينتهجها الرسول ﷺ والطرق التي نتبعها الآن سوف نجد أن هناك تشابهًا كبيرًا بينهما.

وقد تضمنت أقوال الرسول ﷺ العلاجات التالية من الأمراض

---

(١) بدري، م. ب "الخيار الصعب للطبيب النفسي المسلم" ص ١٣١.

الجسمانية: "تناول الدواء- بعض العمليات الجراحية (استخدام الأدوات المعينة في الحجامة)- الكي ولو أن النبي ﷺ قد نهى عنه- وقد كره النبي استخدام الكي، لأن النار هي الطريقة التي يعاقب بها الله أولئك الذين لم تغفر ذنوبهم. ومن أجل هذا فقد رأى النبي ﷺ أن النار طريقة عقاب قاسية، ينبغي ألا يستخدمها البشر حتى بغرض العلاج. ولقد كره النبي ﷺ استخدام النار في القضاء على الكائنات أو قتلها.

تلك هي طرق العلاج التي عرفت آنذاك وفي تلك البقعة من العالم. وهذا التعميم يعطي للمسلمين الحق في طلب أي نوع من العلاج طالما أنه لا يتعارض مع المفاهيم الإسلامية. فعلى سبيل المثال يعد " **Louise Brown**" أول طفل من أطفال الأنابيب، واحدًا من الانتصارات الطبية التي لا تصطدم مع المفاهيم الإسلامية. فإذا ما كانت البويضة من الزوجة والحيوان المنوي من الزوج فليس هناك انتهاك للمفاهيم أو المبادئ الإسلامية. وتعد باقي عمليات زرع الأجنة بمثابة محاولات بشرية لإيجاد الحل، لمعاونة الأخرين على تجاوز الأزمات الجسمانية. ومن وجهة النظر الإسلامية فإنها أساسًا مشيئة الله التي أعانت طاقم الأطباء لكي يحققوا تلك النتيجة. لقد كان ذلك هو النجاح الأول بعد ثمانين محاولة سابقة[1].

ومن ناحية أخري وحسب ما جاء به الإسلام، فإن حدوث الإخصاب في أي صورة بين إثنين لا يجمعهما زواج، يعد أمرًا محرمًا. ولكن إعطاء الدم لإنقاذ حياة الآخرين أمر مسموح به.

---

(١) "كل شيء عن الطفل" مجلة النيوزويك عدد ٧ أغسطس ١٩٧٣ ص ٦٦- ٧١.

لقد ترك الإسلام الباب مفتوحًا للإنسان لكي يجد العلاج لكل مرض. ورحمة الإنسان بالآخرين وبحثه عن طريق لكي يخفف من آلامهم امر مقبول بل وموضع التقدير من وجهة النظر الإسلامية. ويؤمن المسلمون بأن كل ما يتوصل إليه الإنسان هو بمشيئة الله وعونه. وهم يؤمنون في الوقت ذاته بأن كل ما يفعله الإنسان لكي يجعل من حياته نفعًا وعونًا للآخرين، هو عمل صالح.

والإسعافات الأولية التي ذكرت من قبل تتناول حالات الحمي والجروح المفتوحة. لقد طلب الرسول ﷺ أن يصبوا على جسده الماء وهو مصاب بالحمى. واستخدام لفظ سبع قرب من الماء كناية عن كبر الكمية التي استخدمت بالمقارنة بالكمية التي تعود الرسول عليه الصلاة والسلام أن يستخدمها في الوضوء وغيره.

والغرض من استخدام الماء هو خفض درجة حرارة جسده الشريف. وهذا هو ذات ما يحدث في يومنا هذا في الظروف المماثلة.

وعلاج جرح الرسول المفتوح، تم عن طريق غسل الجرح بالماء أولًا ثم ملئه بالرماد المحروق (المعقم) لوقف النزيف. ورغم أنه لا ينصح الآن باستخدام أي شيء عدا قطعة قماش نظيفة لغلق الجرح إلا أن هذه الطريقة كانت أيسر الطرق وأكثرها فعالية آنذاك.

وبالنسبة للأمراض المعدية فإن الاحتياطات الصحية واجبة الإتبا لصالح البشر كافة. وتختلف هذه الاحتياطات من مرض إلى أخر. ورغم ما يؤمن به المسلمون من أن كل شيء بمشيئة الله فإنه يتعين عليهم أن يحافظوا

على صحتهم وحياتهم مصداقًا للآية الكريمة: ﴿وَلا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾ (سورة البقرة آية ١٩٥). ولذا فإن الاحتياكات الصحية لمنع انتشار الأمراض أمر واجب.

إن توعية الناس بالاكتشافات المتعلقة بالصحة والأمراض أولًا بأول هي مهمة العلماء. ويعد الإلمام المتزايد بطبيعة المرض وطرق انتقاله والسيطرة عليه أمر له أهميته، وكذلك إعلام الناس بأنجح الوسائل لحمايتهم سواء كان ذلك من خلال تنمية العادات الصحية السليمة أو من خلال عمليات التحصين.

الملخص

لكل داء دواء يستطب به. ويؤمن المسلمون بأن على البشر أن يسعوا لاكتشاف علاج كل داء أو مرض وعليهم ألا ييأسوا. وطالما توافر العزم على معاونة الآخرين وتجنب آلامهم فسوف يتحقق هذا الهدف.

وكل اكتشاف علمي يحافظ على الصحة وصالح الإنسان يعد عملًا صالحًا من وجهة نظر الإسلام شريطة ألا يتعارض مع المفاهيم والمبادئ الإسلامية.

والإسلام خاتم الرسالات كغيره من الرسالات المنزلة نزل لصالح البشر أجمعين. وعندما يفكر المسلمون على هذا النحو فإنهم ملزمون بالسعي لتحقيق صالحهم العام كجزء من أسلوب حياتهم. وبمعاونة الاكتشافات العلمية فإن في استطاعتهم أن يكونوا أكثر إدراكًا وفهمًا لوجودهم ولما لهذا الوجود من قيمة.

خاتمة

وبعد...

فالإسلام على وجه العموم هو مجموعة من المعتقدات تتضمن نموذجًا واضحًا من السلوكيات والاتجاهات... ويحتوى القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة على العديد من التعاليم الصحية التي تكون قاعدة لإرساء برامج شاملة متطورة للتربية الصحية للدول والمجتمعات الإسلامية، تكون أكثر فاعلية لأنها مستقاة من الدين الإسلامي الذي تلتزم به غالبية المسلمين.

فإذا تم توصيل التعاليم الصحية الإسلامية بوضح مقرونة بما يدعمها علميًا فإنه من الممكن بعد ذلك دمج الدين والعلم بما يعود بالنفع على الدول والمجتمعات الإسلامية.

وليس هناك تعارض أو تضارب بين التعاليم الإسلامية الصحية، البدنية والاجتماعية، وما جاء به العلم. ومن ناحية أخرى فإن التعاليم الصحية، الروحية والنفسية والعقلية في الإسلام تصطدم مع النظريات الغربية. ذلك أن مفاهيم العقيدة الإسلامية تختلف عن المفاهيم الغربية. فالإسلام يقوم على الإيمان بالله الواحد مع إتباع مسلك ومنهج سوى يؤديان إلى يؤديان إلى ترسيخ الأخلاقيات وأنماط السلوك الأمر الذي يرتبط بالاستقرار الذهني والنفسي. وتعتبر معظم التعاليم الإسلامية الصحية ذات صبغة وقائية.

وفي إطار الحدود الخاصة بهذه الدراسة نخلص إلى ما يلي من نتائج

وتطبيقات وتوصيات.

١- النتائج

١- الإسلام دين البساطة والفطرة وهو دين يركز على صالح البشر أجمعين.

٢- ليس ثمة تعارض بين التعاليم الإسلامية الصحية البدنية أو الاجتماعية، وبين العلم.

٣- تصطدم التعاليم الإسلامية المتعلقة بالصحة الروحية والنفسية والذهنية مع النظريات الغربية ذلك أن الإيديولوجية الإسلامية تختلف عن الإيديولوجية الغربية.

٤- ينبني الإسلام على الإيمان بالله الواحد ويستتبع ذلك انتهاج سلوكيات واتجاهات مرسومة بصورة جيدة. الأمر الذي يؤدي إلى إرساء مجموعة من الأخلاقيات والمبادئ، ترتبط ارتباطًا متلازمًا العقلي.

٥- الدين الإسلامي، بعبارة مبسطة هو مجموعة من المعتقدات التي يحاول الأفراد أو المجتمع عن طريق تطبيقها أن يرسوا النظام فيما بينهم.

٦- إن الدمج بين التكنولوجيا الغربية والأيديولوجية الإسلامية قد يقدمان أفضل مستقبل للبشرية.

٢- التطبيقات

١- ينبغي أن تكون التعاليم الإسلامية الصحية هي الأساس في تطوير أي برنامج للتربية الصحية يتم وضعه من أجل المسلمين.

٢- ينبغي إضافة المزيد من التعاليم الصحية طالما أنها تستند إلى الدين استنادًا قويًا.

٣- يمكن تطبيق هذه التعاليم الصحية المنتقاة على كل مستويات التربية إذ أن معظم هذه التعاليم محفوظة عن ظهر قلب كجزء من دين كل مسلم. والهدف الأساسي للبرنامج المقترح هو إعطاء مزيد من الشرح لهذه التعاليم بما يرتبط بالثقافة الصحية.

٤- بعض التعاليم التي ترتبط بمجال واحد للتربية الصحية، نزلت في مواضع كثيرة من القرآن أو وردت في السنة في عدد من المناسبات. وعندما نخطط لبرنامج للتربية الصحية يجب مراعاة مستوى الصعوبة أو السهولة في مفهم التعاليم المنتقاة فيما يتعلق بالمستوى الثقافي للطلبة أو الدارسين.

٥- يجب أن ترتبط التعاليم الصحية الإسلامية ارتباطًا متلازمًا ببرامج علم الأحياء والعلوم والدين التي تدرس في ذات الفصل الدراسي بما يتيح لها فهمًا أكبر ومجالًا أفسح.

٦- يجب على وزارات الصحة والرعاية الاجتماعية والمنظمات الإسلامية أن تتبنى هذه الدراسات وأن تطبقها على مستوى المجتمع، والتدرج التربوي، على السواء.

٣- التوصيات

في إطار الحدود الخاصة لهذه الدراسة، تم التوصل إلى التوصيات التالية:

١- يتعين القيام بالمزيد من الدراسات لتحديد احتياجات الطلبة واهتماماتهم والمناطق المفتقرة للمعرفة الصحية على أي مستوى، حتى يتسنى للبرنامج أن يفي بالاحتياجات وأن يسد الثغرات.

٢-يجب أن يتم تطوير برامج التربية الصحية على مستوى المدارس والمجتمع على أساس من التعاليم الصحية الإسلامية.

٣- يجب إجراء المزيد من الأبحاث حول التعاليم الإسلامية التي يفتقر إلى ما يدعمها علميًا.

٤- ينبغي أن تصمم البرامج الصحية القائمة على أساس التعاليم الإسلامية وذلك لعلاج المشاكل الصحية الشائعة مثل إساءة استخدام العقاقير والشيستوسومات (الطفيليات) وزيادة السكان.

٥- ينبغي تطوير برامج التربية الغذائية لكي تتناسب مع كل المستويات الاجتماعية والاقتصادية.

٦- يجب ترجمة هذه الدراسة إلى اللغة العربية لتطبيقها في الدول العربية.

٧- يجب نشر هذه الدراسة باللغتين الإنجليزية والعربية.

٨- يجب أن تضاف التعاليم الصحية السليمة المستقاة من السنة عدا تلك التي وردت في الصحيحين ولم يرد ذكرها في هذه الدراسة نظرًا لعدم وجود ترجمة لمعاينتها بالإنجليزية حتى الآن، إلى الترجمة العربية لهذه الدراسة بوصفها طبعة منقحة.

بيان المراجع

المراجع باللغة العربية

- مُحَمَّد فؤاد عبد الباقي

"المعجم المفهرس لألفاظ القرآن العظيم" دار مطابع الشعب، بالقاهرة، مصر سنة ١٩٦٨ في ٧٨٢ صفحة.

- مُحَمَّد عبد الرؤوف

"الإسلام عقيدة وعبادة" الطبعة الثانية، المركز الإسلامي بواشنجتون، أبريل سنة ١٩٧٥ في ١٣٨ صفحة.

- حامد الغوابي

" بين الطب والإسلام" دار الكتاب العربي، القاهرة سنة ١٩٦٧ في ١٣٧ صفحة.

- يوسف القرضاوي

"الحلال والحرام في الإسلام" الطبعة الثامنة، دار الاعتصام، القاهرة، مصر سنة ١٩٧٤ في ٣٩٥ صفحة.

- ابن هشام بن أيوب

"سيرة النبي ﷺ" مُحَمَّد خليل هراس، الناشر مطابع الجمهورية، القاهرة، مصر، سنة ١٩٧١ الجزء الرابع، في ٤٩٣ صفحة.

- حسنين مُحَمَّد مخلوف

"فتاوي الشريعة وبحوث إسلامية" الجزء الثاني، الطبعة الثانية، مصطفى البابي الحلبي وشركاه، القاهرة، مصر سنة ١٩٦٥ في ٢١٠ صفحة.

- عبد الله عبد الرزاق مسعود

"السواك والطب الحديث" رابطة الشباب المسلمين، الكويت، في ٤ صفحات.

- "موسوعة الفقه الإسلامي" المجلس الأعلى الإسلامية، مطابع الأهرام، القاهرة، مصر، سنة ١٩٧٤ في ٤١٢ صفحة.

- السيد سابق

"فقه السنة" دار الكتاب العربي، بيروت، لبنان، في جزئين سنة ١٩٦٩، في ١٤٨٨ صفحة.

المراجع باللغة الإنجليزية

Abdul Rauf, Muhammad, **Islam Greed and Worship**, 2nd ed. Islamic Center Washington, D. C. April, 1975, 138 pp.

Agricyltural Research Sevice. **Preventing and Controlling Internal Parasites of Hogs**, United States Department of Agriculture, Farmer's Bulletin 2240, U. S. Government Printing Office. Washington. D. C. 1977, 36 pp.

(Alcohol Consumption) **The New Encyclopedia Britannice** 1: 437- 450, 1975.

(All About that Baby,) **Newsweek,** August 7, 1978, pp. 66- 71.

Badri, Malik B, **The Dilemma of Muslim Psychologists,** Muslim Welfare House, London, UK, 1979, 131 pp.

Benarde, Melvin A, **Our precarious Habitat,** revised. W. W. Norton Company Inc,. New York, 1973, 448 pp.

Blechshmit, Erich, **The Beginning of Human Life,** Translated by Transemantics, Inc Spring-Verlag, New tork, 1977, 128 pp.

Bucaille, Maurice, **The Bible, The Qur'an and Science,** Translated from the French by Alastair D. Pannell, and the Author, North American Trust Publication, Indiana- polis, IN. 1978, 252 pp.

Bucher, Charles A: Olsen, Eimar A: and Willgoose, Carl E. **The Foundationas of Health,** 2nd ed, Prentice- Hall Englewood Cliffs. New Jerswy, 1976, 408 pp.

Caplab, Gerald, **Principles of preventive Psychiatry,** Basic Books, Inc, New York 1964. 304 pp.

Cheng Thomas Clement, **General Parasitology,** Academic Press, New York, 1973, 965 pp.

Corliss, Clark Edward, **Pattern's Human Embryology, Elements of Clinical** Development, Mc Graw- Hill Book Company, New York, 1976, 469 pp.

Dalaney, Janice: Lupton, Mary Jane: and Toth, Emily, **The Curse, A Cultural History Nestruat ion** E. P. Dutton and Co. Inc, New York, 1976, 469 pp.

Estrada, Jackie, editor, **Life and Health,** CRM Books, Del Mar, California, 1972, 643 pp.

Ezmirly, S, T Cheng, J. C: and Wilson, S. R (Studi Arabian Medicinal plants, Salvadora persica) **Journal of Medical plant Research 35: 191- 192, February, 1979.**

Farooqi, M. I. H, and Srivastava, J. G, (The Tooth- Brush (salvadora persica) The Quart. J. Crude Drug Research 8: 1297- 1299, 1968.

Fasting and Obesity, **(British Medical Journal)** (614): 673, January- March, 1978.

Gagnon, John H. and Greenblat, Cathy S. **LLife Designs, Individuas, Marriages and Families,** Scott, Foresman and Company, Chicago, 1978, 611 pp.

Gmur, Ben C. Fodor, John T. Glass, L. H.: and Langan Joseph J. **Making Health Decisions,** 2nd ed, Preentice- Hall, Englewood Cliffs, New Jersey, 1975, 338, pp.

Goodwin, Donald W., (Blackouts and Alcohol Induced Memory Dysfunction) in **Recent Advances in studies of Alcohol,** pp. 508- 534. National Institute of Mental Heantal, Rock- ville, Maryland, 1971.

(Psychiatric Description and Evaluation of the Alcoholic), in **Alcoholism, Interdisciplinary Approaches to an Enduring Problem,** pp. 215- 219 edited by Ralph E Tarter and Arther Sugerman, Addision- Welsley, 1976.

Green, Richard, (Children's Quest for Sexual Identity,) **Psychology Today** 7: 45- 51, February, 1974.

Johnson, Daisie, and Drenick, Ernest J. (Therapeutic Fasting in Morbid Obesity) **Archieves of Internal Medicine** 137: 1381- 1382, 1977.

Khan, Muhammad Muhsin, **The Translation of the Meanings of Sahih Al-Bukhari,** Arabic- English, Hilal Yahinlari, Ankara, Turkey, 9 volumes, 1976.

Kilander, Holger Frederick, **School Health Education,** 2nd edition, The Macmillan Company, New York, 1968, 527 pp.

Kinsey, Alred C. and others, **Sexual Behavior In Human Femal,** W. B. Saunders Company, Philadelphia, 1953, 842 pp.

La page, Geoffrey, **Animal Parasitic in Man.** Dover publications, New york, 1963, 320 pp.

Lindquist, W. D, (Mematodes, Acanthocephlids. Trematodes and Cestodes), in **Diseases of Swine,** pp. 708- 741. Edited by Howard W. Dunne, 3rd edition, lowa State University press, Ames, 1970.

Mead, Margaret, (Anthropological Approach) **in Religion Culture and Mental Health,** pp. 29- 60, proceedings of the Third Academy Symposium, 1959, Academy of Religion and Mental Health, New york University press, New York, 1961.

(Mental Health and Mental IIIness), in **Life and Health,** pp. 93- 115 edited by Jakie Esteade, CRM Books, Del Mar, California, 1972.

Miller, Albort Rauch**, Meat Gygiene**, 2nd ed, Lea and Fegiger, Philadelphia, 1958, 557 pp.

O,Connor, Rory, and Ryan, Michael, (The New Etiquerre of Sex), in **Human Sexuality in Today's World,** pp. 98- 102, edited by John H.Gagnon, Little, Brown and Company, Boston, 1977.

Olsen, Oliver W., **Animal parasites, Their Life cycles and Ecolog h, 3rd edition, university park press, Baltimore, 1974, 562 pp.**

Paige, Karan e,. (Woman Learn to Sing the Manstrual Blues,) Psychologh Today 7: 41, September, 1973.

Picckthall, Mamaduke, **The Meaning of the Glorious Qur'an** Text and Explanatory Translation, Dar Al- Kitab Allubnani, Beirut, Lebanon, 1971, 826 pp.

Polpemus, Gretchen Irene. **The Effect of Menstruation on Cardio- Vascular Efficiency,** Master thesis, Indiana University, Bloomington, 1931, 26 pp.

Rix, Keith J. B. **Alcohol and Alcoholism,** Annual Research Reviews, Eden press, Montreal, 01977, 251 pp.

Rogers, Robert, (Pregnancy and Birth) **in 1979 Medical and Health Annual,** pp 297- 298, Enclopedia Britanica, Inc., Chicago, 1978.

Saker, Ahmed H., Alcohol in Islam, A Paper Presented at the Annual Conference of the Association of the Muslim Social Scientists of the United States and Canada, Indianapolis, Indiana, June 20- 22, 1975, 11 pp.

Schumacher, E. F, **Small Is Beautiful, Economics as if people Mattered,** Harper and Row Publishers, New York, 1975, 304 pp.

Schwab, John J,. and Schwab, Mary E. **Sociocultural Roots of Mental Illness, An Epidemiological Survey,** plenum Medical Book Company, New York, 1978, 338 pp.

Sharma. B. M,. **(chemical Analysis of Some Desert Trees)** Chemical Abstracts, 28862 j. February 1971.

Siddiqi, Abdul Hameed, A **Philosophical Interpretation of Histroy, Idara Nashriyat- I- Islam, Lahore, Pakistan, 1969. 184 pp.**

Siddiqi, Abdul Hamid, Sahin Muslim, S.H. Muhammad Ashraf, Kashmiri "Bazar, Lahore, Pakistan, 1975, 4 vols. 1613 pp.

Souidan. M. Z. A., **Prayer in Islam, Hygienic, Preventive and Curative,** S. O. P. Press. Cairo, 1976. 168 pp.

Tarrer, Ralaph E, and Sugerman. Arther, editors. Alcohlism, Interdisciplinary Approaches to an Enduring problem. Addison-Wesley puplishing Company Reading, Maasachuserrs, 1979, 857 pp.

Thygerson, Alton L. **Accidents and Disasters, Causes and Countermeasures,** Prentice- Hall, Inc. Englewood cliffs, New Jersey, 1977, 411 pp.

United States Department of Agriculture, **Salmonella in Raw Meat and poultry: An Assessment of the Problem,** July 22, 1974, 52 pp.

United States Department of Agriculture, Salmonella in Raw Meat and Poultry: An Assessment of the problem, July 22, 1974, 52 pp.

Warren, J. v., editor, (When You Have Trouble Sleeping) **in Health Digest, Your Family Guide to Good Health** 2: 4: 4, February, 1977.

Winick, Myron, (The Right Start). In the **1980 Medical and Health Annual,** pp. 96- 106, Encyclopedia Britannica, Chicago, 1979.

Winikoff, Beverly, (Should There Be a Law?) **in the 1980 Medical and Health Annual,** pp. 131- 145, Encyclopedia Britannica, Inc, Chicago, 1979.

Wright, W. H., (A Consideration of the Economic Impact of **Schistosomiasis) Who Chronicle** 27: 174, April, 1973.

Yufit, Robert I., and Gould, Donald W., (Mental Health) in the **1977 Britannica Book of the Year, special Supplement, pp. 391- 392, Encyclopedia Britannica, Inc, Chicago, 1976.**

الفهرس